



Kipsalade met gepocheerd ei en spek

 Bereiden in: grillpan/BBQ

 Voorbereiding: 20 min.

 Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 2 kipfilets
- 4 plakjes dikker ontbijtspek of spekblokjes
- 2 eieren
- 1 avocado
- 8 cherrytomaatjes (gehalveerd)
- 50 g feta (verkruid)
- 75 g gemengde bladgroenten (rucola, veldsla, spinazie, etc.)
- 1 el olijfolie
- 1 tl paprikapoeder
- Peper en zout naar smaak
- Scheutje azijn (voor het pocheren van de eieren)
- Voor de dressing:
 - 2 el olijfolie
 - 1 el citroensap
 - 1 tl mosterd
 - 1 tl honing

Voedingswaarde

•

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Kipsalade met gepocheerd ei en spek

Bereiding

- 1 Kip grillen - Wrijf de kipfilets in met olijfolie, paprikapoeder, zout en peper. Grill ze in een grillpan of op de barbecue in ca. 6–8 minuten per kant, tot ze gaar en mooi gegrild zijn. Laat kort rusten en snijd daarna in plakken.
- 2 Spek bakken - Bak de plakjes spek in een droge koekenpan tot ze knapperig zijn. Laat uitlekken op keukenpapier en breek in stukken.
- 3 Eieren pocheren - Breng een pannetje water zachtjes aan de kook met een scheutje azijn. Maak met een lepel een draaikolk in het water, breek een ei in een kopje en laat het voorzichtig in het midden van de draaikolk glijden. Pocheer 3–4 minuten. Herhaal voor het tweede ei. Haal eruit met een schuimspaan.
- 4 Salade opbouwen - Verdeel de bladgroenten over de borden. Voeg de kip, cherrytomaatjes, avocado, spek en feta toe.
- 5 Dressing maken - Klop de ingrediënten voor de dressing door elkaar en besprenkel over de salade.
- 6 Afmaken - Leg op elk bord een gepocheerd ei bovenop. Serveer direct – en geniet!

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten