



HERFSTSALADE

Herfstsalade met couscous en kip tandoori

2 personen

🕒 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍷 150 g spelt couscous
- 🍷 120 g kipfilet in blokjes
- 🍷 tandoori kruiden
- 🍷 150 g sperziebonen (uiteinden verwijderd)
- 🍷 1 rode ui in kleine stukjes
- 🍷 ½ rode paprika in blokjes
- 🍷 ½ komkommer in kleine stukjes
- 🍷 handje peterselie gehakt
- 🍷 2 el kikkererwten
- 🍷 ½ limoen (sap)
- 🍷 feta of geitenkaas

MATERIAAL: koekenpan

ZO MAAK JE HET:

1. Wel de couscous volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Breng de kip op smaak met de tandoori kruiden.
3. Bak de kip in olijfolie rondom aan en gaar.
4. Kook de sperziebonen in een pan met water 8 – 10 minuten beetgaar.
5. Spoel de sperziebonen hierna onder de koude kraan.
6. Zo blijven ze mooi groen en garen ze niet te ver door.
7. Roer de gewelde couscous los.
8. Breng op smaak met zout en peper en roer het limoensap er door.
9. Verdeel de couscous over de borden.
10. Verdeel hierover de rode ui, paprika en komkommer met de voorgekookte sperziebonen.
11. Leg de blokjes kipfilet er op en verdeel de kikkererwten er om heen.
12. Verkruiemel de feta erover en maak de couscous tandoori salade af met verse peterselie.



Recept: [BrendaKookt.nl](https://www.brendakookt.nl)