



Kapsalon souvlaki-stijl

2 personen – hoofdgerecht

 25 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  350 g minikrieltjes (koelvers)
-  2 el zonnebloemolie
-  1 rode ui
-  150 g kipfilet (in blokjes)
-  ½ el gedroogde oregano
-  ½ tl knoflookpoeder
-  200 g roerbakgroenten Italiaanse stijl
-  50 g ijsbergsla (fijngesneden, koelvers)
-  75 g tzatziki

MATERIAAL: airfryer

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de airfryer voor op 200°C.
2. Schep de krieltjes om met 1 el olie en verdeel over het mandje van de airfryer.
3. Bak in ca. 12 minuten goudgeel en gaar.
4. Schep halverwege om.
5. Snijd intussen de ui in halve ringen.
6. Verhit de rest van de olie in een wok of hapjespan en bak de kip met de oregano, knoflookpoeder, ½ van de ui, zout en peper 4 minuten op een middelhoge warmtebron.
7. Voeg de roerbakgroenten toe en bak 4 minuten mee.
8. Schep regelmatig om.
9. Verdeel de krieltjes over de borden.
10. Schep de kip met groenten erop.
11. Verdeel de sla erover.
12. Besprenkel met de tzatziki en garneer met de rest van de ui.

BRON: boodschappen.nl

