



Kip tandoori salade met yoghurt limoen dressing

2 PERSONEN - hoofdgerecht

⌚ 35 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍳 200 g (vega)kip
- 🍳 2 el tandoori kruiden
- 🍳 2 el olie
- 🍳 75 g veldsla
- 🍳 ½ komkommer
- 🍳 8 radijsjes
- 🍳 175 g mango, in blokjes
- 🍳 handje cashewnoten
- 🍳 265 g kikkererwten, uit blik of pot

voor de dressing:

- 🍳 3 el yoghurt
- 🍳 1 el limoensap
- 🍳 peper en zout

MATERIAAL: schone theedoek, bakplaat met bakpapier

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven op 200°C.
2. Laat de kikkererwten uitlekken en dep droog met een schone theedoek.
3. Doe ze in een kom met 1 eetlepel tandoori kruiden en 1 eetlepel olie.
4. Meng door elkaar en verdeel over een bakplaat met bakpapier en rooster ca. 20 a 25 minuten licht krokant in de oven.
5. Doe de stukjes kip in een kom en voeg ook 1 eetlepel tandoori kruiden en olie toe en meng.
6. Bak de kip in een pan.
7. Snijd de mango in blokjes en de komkommer en radijsjes in plakjes.
8. Meng de ingrediënten van de dressing door elkaar.
9. Verdeel de sla in een kom of borden en verdeel de mango, komkommer, radijsjes, kikkererwten er over.
10. Schep de kip tandoori erop en besprenkel met de limoen dressing.
11. Garneer de kip tandoori salade met cashewnoten

BRON: leukerecepten.nl

