



## Pitabroodje gezond

**2 PERSONEN - lunchgerecht**

⌚ 20 minuten

**DIT HEB JE NODIG:**

- 🥕 4 grote pitabroodjes, volkoren
- 🥕 2 kipfilets in blokjes
- 🥕 1 el cajunkruiden
- 🥕 14 cherrytomaatjes
- 🥕 50 g sla
- 🥕 handje peen, julienne gesneden
- 🥕 ½ komkommer

**voor de knoflooksaus**

- 🥕 170 ml Griekse yoghurt
- 🥕 1 teen knoflook
- 🥕 snuf peper en zout
- 🥕 peterselie

**ZO MAAK JE HET:**

1. Bestrooi de blokjes kip met de cajunkruiden.
2. Bak de kip in een koekenpan met een beetje olie gaar.
3. Bak ondertussen ook de pitabroodjes af.
4. Snijd de komkommer in dunne plakjes en de tomaatjes in tweeën of vieren.
5. Pers het teentje knoflook uit of hak heel fijn.
6. Meng vervolgens door de Griekse yoghurt met een snufje peper en zout en wat fijngehakte peterselie.
7. Snijd de pitabroodjes open en vul ze met een beetje sla, peen julienne, komkommer, wat kip en verdeel wat van de knoflooksaus over de pitabroodjes gezond.

**BRON:** [leukerecepten.nl](http://leukerecepten.nl)

