

Rijst met wok-saus, gare kip en groente

Ingrediënten voor 4 pers

±250 gr. gare kip
1 potje Wok saus
1 bl. gemengde groente
350 gr rijst

Bereiding

Wij kopen voor dit gerecht altijd een gare (warme) gegrilde kip in. (de meeste supermarkt ook in de Carieb verkopen die). Deze kip bevrijden we dan van alle vel, botten en andere zaken die je niet in je maaltijd wilt hebben. Meestal komt er ±500 gr. gaar vlees van een hele kip. We verdelen dit in 2 porties waarvan we de ene helft gebruiken en de andere helft de vriezer in gaat.

- Verder is de bereiding van dit gerecht erg eenvoudig
- Kook de rijst zoals je gewend bent
- Warm de wok-saus en de gare kip en groentes samen op en voeg op het laatst de rijst toe.
- Verdeel in porties

Bewaarconditie: : in Zip-Lockzakjes