Hoofdgerechten / België

korte pasta met kipfilet en rode kool · België

Een snelle noedel- of pastamaaltijd met rode kool en kipfilet, als moderne keukenvariatie geïnspireerd op België.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 320 g korte pasta
- ☐ 500 g rode kool
- ☐ 2 g gedroogde tijm
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g kipfilet
- ☐ 20 g graanmosterd
- ☐ 10 g verse peterselie

Zo maak je het.

01 Kook de korte pasta volgens de verpakking gaar. Bewaar een kopje kookwater en giet af.

02 Maak de rode kool schoon en snijd in kleine, gelijkmatige stukken. Snipper de ui.

03 Verhit de olie en fruit de ui vijf minuten. Voeg de rode kool toe en bak enkele minuten mee. Voeg een scheut kookwater toe en laat afgedekt garen tot de groente zacht is.

04 Bak de kipfilet in een aparte pan rustig gaar tot de kern minimaal 74 °C bereikt.

05 Meng alles in de pan en maak zo nodig smeuïg met kookwater. Voeg graanmosterd, gedroogde tijm, verse peterselie toe, roer rustig door en proef voor het serveren.

AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.

Recept & herkomst DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-be-09-19-7d396e6