

JAPANS KOKEN MET CARL 2024

TJOP TJOI

Benodigdheden : voor **4 pers**

20	gr	Sesamolie
2	st	Rode paprika
0,5	st	Komkommer
200	gr	Tauge – sojascheuten
1	st	Wortel
2	st	Prei – kleine
1,5	st	ui
200	gr	Champignons
		Gemberpoeder
0,5	tablet	kippenbouillon
400	gr	Kipfilet of kippenboutenvlees

Bereidingstijd: 20 minuten

TJO

Werkwijze :

Kan ook ZONDER kip gemaakt worden als “bijschotel”

Alle groenten wassen en snijden.

Olie verhitten, gesnipperde ui en gember 1 minuut roerbakken.

Eventueel kip bijdoen en 3 minuten (6 min voor boutenvlees) meebakken,.

Bouillontablet verkruiden en bijvoegen.

Aan de kook brengen, 1 minuut doorkoken en de groenten erbij doen behalve de tauge.

3 minuten roerbakken.

Tot slot de tauge bijvoegen en nog max 1 minuut roerbakken.

Direct opdienen.



=====