

Roerbak snijbonen



Aantal personen: 4

Bereidingstijd in minuten: circa 20

Ingrediënten:

400 gr met kipkruiden gekruide kipfilet

400 gr snijbonen in ruiten gesneden

2 eetl olijfolie(milde)

2 teentjes knoflook in heel dunne plakjes gesneden

handje verse bascilicum in grove stukken gehakt

peper en zout

Bereidingswijze:

Kook de snijbonen ongeveer 2min in wat water met zout.

Giet ze af en spoel met koud water en laat goed uitlekken.

Verwarm de olie in een wok en roerbak de kip mooi bruin.

Voeg de snijbonen en knoflook toe en roerbak nog 5 min. tot de

bonen lichtbruin beginnen te kleuren.

Schep de basilicum er als laatste doorheen en serveer direct.

Lekker met rijst of pasta.

Dit recept is keer bekeken.