

Exotische rijstsalade voor een zomerse dag

Aantal personen: 4

- • 2 eetlepels azijn
- • 8 eetlepels (olijf)olie
- • 1 theelepel mosterd
- • peper (naar smaak)
- • 250 gram rijst
- • 200 gram kipfilet
- • 1 kiwi
- • 1 rode paprika
- • 1 klein blikje mandarijntjes (netto 312 gram)
- • 1 klein blikje maïs (netto 150 gram)

Kook de rijst volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.

Doe de azijn in een kom of schaal met de mosterd, peper en 6 eetlepels olie. Roer hiervan een sausje, voeg de rijst eraan toe, schep dit door elkaar, laat het geheel wat afkoelen en zet de rijstmassa daarna ca. een half uur in de koelkast om koud te worden.

Verhit ondertussen 2 eetlepels olie in een koekenpan en bak hierin het kippenvlees in ca. 10 minuten zachtjes bruin en gaar. Laat het vlees daarna afkoelen.

Schil de kiwi dun en snijd hem in plakjes, en deze weer in vieren. Snijd de schoongemaakte paprika in kleine stukjes. Giet de maïs en mandarijntjes af. Voeg het kippenvlees, kiwi, paprika, mandarijntjes en maïs toe aan de rijst en schep alles goed door elkaar. Zet de rijstschotel tot gebruik, afgedekt, in de koelkast.

Een echt zomers gerecht.

Bevat per portie van 225 gram: 310 kcal.