

54. Kipsalade

Aantal personen: 2

- 150 gr dunne plakjes kipfilet
- 100 gr witlof
- 1 dunne stengel bleekselderij
- maggi
- 1 blik mandarijnpartjes (175gr)
- 75 gr witte druiven
- 4 eetlepels yofresh
- 1 eetlepel citroensap
- 1 ui
- peper

Snijd de groente en druiven in dunne plakjes, laat de mandarijntjes in de zeef uitlekken. Doe vervolgens alles in een schaal. Vervolgens roert u de yofresh, het citroensap en de ui door elkaar. De dressing door de salade mixen. Je kunt er 125 gram gekookte zilvervliesrijst of 125 gram aardappelen bij serveren.

Bevat per portie á 300 gram: 310 kcal, exclusief aardappelen/rijst