



Ricepaper Eggwraps met Kip en Avocado

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Vietnam (fusion)

Gang: Lunch

Hoeveelheid: 1 persoon

Tijd: 15 minuten

Ingrediënten:

- **2 eieren**
- **1 vel rijstpapier**
- **1 theelepel sesamzaad**
- **½ theelepel chilivlokken**
- **snufje zout**
- **75 g gegrilde kipfilet, in dunne reepjes**
- **½ avocado, geprakt**
- **enkele druppels hete saus, naar smaak**
- **handje fijngesneden ijsbergsla of romaine**
- **½ tomaat, in dunne plakjes**
- **¼ komkommer, in dunne plakjes**
- **¼ rode ui, in dunne ringen**
- **een beetje olie om in te bakken**

Bereiding:

1. Bak de eierbasis

- Klop de eieren los in een kom. Voeg eventueel alvast een klein beetje chilivlokken of andere kruiden toe.
- Verhit een koekenpan met antiaanbaklaag op middelhoog vuur en vet de bodem licht in. Giet het losgeklopte ei in de pan en verdeel het gelijkmatig over de bodem.

2. Rijstpapier erop

- Leg, terwijl het ei nog vloeibaar is, direct een vel rijstpapier boven op het ei. Druk het voorzichtig aan zodat het rijstpapier overal contact maakt met het ei.

3. Krokant bakken

- Bestrooi het rijstpapier met het sesamzaad, de chilivlokken en een snufje zout. Bak rustig verder totdat het ei volledig gestold is en de onderkant mooi goudbruin begint te kleuren.

4. Omkeren

- Draai de hele eggwrap voorzichtig om. Bak de kant met het rijstpapier nog even verder totdat het rijstpapier licht krokant wordt. Let erop dat het niet te donker wordt.
- Schuif de wrap vervolgens op een snijplank.

5. Vullen

- Maak met een mes één rechte snede vanuit het midden van de wrap naar de rand. Je hebt nu als het ware vier kwarten.
- Verdeel de vulling als volgt:

Kwart 1:

- Verdeel de geprakte avocado en de reepjes kip over het eerste kwart. Besprenkel de kip met een beetje hete saus.

Kwart 2:

- Verdeel hierover de fijngesneden sla en plakjes tomaat.

Kwart 3:

- Leg de plakjes komkommer en rode-uienringen erop.

Kwart 4:

- Laat dit kwart eventueel vrij, zodat de wrap straks mooi kan worden dichtgevouwen.

6. Vouwen

- Begin bij de snede en vouw de wrap steeds over het volgende kwart heen. Vouw zo de vier kwarten achter elkaar op elkaar, totdat je een compacte, meerlaagse driehoek krijgt.

7. Serveren

- Snijd de eggwrap eventueel schuin doormidden. Zo komen de verschillende lagen mooi tevoorschijn.
- Serveer direct, zolang het rijstpapier nog lekker krokant is.

Chúc ngon miệng!