



Roergebakken Kip met Smaakvolle Kool en Gember

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Azië (Fusion)

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 25 minuten

Ingrediënten:

- **450 gram kipfilet, in hapklare stukjes**
- **400 gram witte kool, grof gesneden**
- **100 gram wortel, julienne gesneden of grof geraspt**
- **3 teentjes knoflook, fijngehakt**
- **2-3 cm verse gember, fijngeraspt**
- **3 el sojasaus**
- **1 el honing**
- **1 tl sesamolie**
- **2 el zonnebloemolie olie**

Bereiding:

- Snijd de kipfilet in mooie, malse hapklare stukjes. Snijd de kool in grove repen en zorg dat de wortel alvast knapperig klaar ligt — dit gerecht draait om contrast in textuur.
- Verhit de zonnebloemolie in een ruime wok of grote koekenpan op middelhoog tot hoog vuur. Voeg de kip toe en bak deze in ongeveer 5 minuten goudbruin en gaar. De randjes mogen licht karamelliseren — dat geeft extra smaak.
- Voeg vervolgens de knoflook en de verse gember toe. Roerbak kort, ongeveer een minuut, totdat de aroma's vrijkomen en je keuken zich vult met die warme, kruidige geur.
- Doe nu de kool en wortel in de pan. Roerbak alles 2 tot 3 minuten op hoog vuur. De groenten mogen iets slinken, maar moeten hun frisse beet behouden — dat maakt het gerecht levendig en licht.
- Schenk de sojasaus, honing en sesamolie eroverheen. Meng alles goed door, zodat de saus elk stukje kip en elke reep groente omhult met een glanzend, hartig-zoet laagje.
- Serveer direct, dampend heet, in kommen.

Serveren & Variaties

- Heerlijk met gestoomde rijst of noedels voor een complete maaltijd
- Strooi er wat sesamzaadjes of ringetjes lente-ui over voor extra frisheid en bite
- Voeg eventueel paprika of champignons toe voor nog meer groente
- Voor een pittige twist: een snuf chilivlokken of een scheutje sriracha