

Ingrediënten voor 3 personen

300 gr. kipfilet zakje silvo  
tandoorkruiden ui knoflook  
massala (kerrie) creme fraiche 2  
eetlepels zonnebloemolie of  
welke olie er voor handen is 2  
tomaten

**Tijd:** 20-30 min.  
**Keuken:** Indiaas  
**Smaak:** Pittig  
**Gang:** Hoofdgerecht  
**Eigen\_keuken:** Nee  
**Vegetarisch:** Nee

## Kip Tandoori

Kipfilet met kerriesaus

### Vorbereiding

Kipfilet in stukjes snijden zakje tandoori kruiden erbij met de olie mengen in kom Dit minstens 10 minuten laten marinieren ui, knoflook en tomaatjes in stukjes

### Bereidingswijze

Rijst opzetten (eventueel gele rijst) pan verhitten en gemarineerde kip snel in roerbakken (zonder boter of olie want dat zit al in de marinade) wanneer de kip dichtgeschroeid is, kip eruit halen. fijngesneden ui en knoflook bakken in dezelfde pan waar de kip in gebakken is. flinke eetlepels massala erbij (een stuk of 2) tomaatjes erbij en ten slotte creme fraiche erbij mooi sausje van maken (eventueel wat water erbij) kip er weer in en zachtjes een beetje laten pruttelen Als de rijst klaar is kan je aan tafel

### Serveertips

Met komkommmer/ tomatensalade lekker fris!!