

Ingrediënten voor 2 personen

200 gram kipfilet in blokjes of reepjes
scheutje zonnebloemolie
250 gram sperziebonen
2 tomaten, gewassen en in blokjes
30 gram rode pesto
60 ml kookroom
1/2 tl paprikapoeder
peper en zout naar smaak
120 gram mini penne
1/2 bouillonblokje kip met minder zout

Tijd: 10-20 min.
Keuken: Italiaans
Gang: Hoofdgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Toscaans kippannetje met sperzieboontjes , tomaat en rode pestosaus...

Dit eenvoudig Toscaans kippannetje staat snel op tafel en is een ideaal gerecht om te genieten na een lange werkdag. Bovendien zeer kindvriendelijk, want 2 kleinkinderen die we voor een weekend met de camper bij ons hadden, hebben er gretig van gesmuld. Op de foto is het gerecht te zien met een bijna verdubbeling wat ingrediënten betreft.

Hulpmiddelen

Pan, hapjespan, snijplank en mes

Bereidingswijze

Bestrooi de blokjes/reepjes kip royaal met paprikapoeder en peper en een snuf zout naar smaak. Snij de puntjes van de sperziebonen en snij ze vervolgens in stukjes van ongeveer 2 cm. Kook ze in 5-7 minuten in het halve bouillonblokje beetgaar. Giet ze af , maar vang het kookvocht op. Voeg eventueel nog wat meer water toe en kook de penne gaar volgens de beschrijving op de verpakking. Giet af en spoel koud. Verhit een scheut zonnebloemolie in een hapjespan en bak op hoog vuur de blokjes/reepjes kip gaar en bruin. Zet de hittebron lager en Voeg de boontjes toe en bak even mee. Meng de kookroom met de pesto door elkaar en voeg toe aan de pan. Dan de tomatenstukjes erbij en de penne. Verwarm alles enkele minuten . Proef en breng op smaak met peper en zout.

