



Kip stroganoff

Reepjes kipfilet in een romige saus met champignons, ui en een vleugje paprika. Een snelle en lichtere variant op de klassieke stroganoff met rundvlees.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	25'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 500 g kipfilet
- 250 g champignons
- 1 grote ui
- 2 teentjes knoflook
- 200 ml room
- 150 ml kippenbouillon
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 1 theelepel paprikapoeder
- 1 eetlepel mosterd

2 eetlepels olijfolie
20 g boter
zout en peper
een handvol verse peterselie

Bereidingswijze

1. Snijd de kipfilet in reepjes van ongeveer 1 cm breed. Kruid met zout en peper. Snijd de champignons in plakjes en snipper de ui fijn. Hak de knoflook fijn.
2. Verhit de olijfolie in een ruime pan op hoog vuur. Bak de kipreepjes in 4 tot 5 minuten rondom goudbruin. Haal ze uit de pan en zet apart.
3. Smelt de boter in dezelfde pan op middelhoog vuur. Fruit de ui en knoflook gedurende 3 minuten tot ze glazig zijn. Voeg de champignons toe en bak ze 5 minuten tot al het vocht verdampt is en ze lichtjes kleuren.
4. Roer de tomatenpuree, de mosterd en het paprikapoeder door het groentemengsel. Giet de kippenbouillon erbij en laat 3 minuten zachtjes pruttelen.
5. Voeg de room toe en leg de kipreepjes terug in de pan. Laat alles nog 5 minuten zachtjes garen op laag vuur tot de saus mooi bindt en de kip gaar is.
6. Proef en breng op smaak met zout en peper. Werk af met gehakte verse peterselie.

Tip

Bak de kipreepjes op hoog vuur en in kleine porties zodat ze kleuren in plaats van stoven. Dat geeft extra smaak aan het gerecht.

Lekker met

Rijst of tagliatelle

Dranktip

Een lichte rode wijn zoals een Pinot Noir past mooi bij de romige saus en de zachte smaak van de kip.