



Peruaanse arroz chaufa met kip

Arroz chaufa is een Peruaans-Chinese gebakken rijstwok met kip, ei en lente-ui in sojasaus. Een snelle, smakvolle schotel die nog beter smaakt met rijst van de dag ervoor.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	20'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

- 300 gr langkorrelige rijst (of basmatirijst)
- 400 gr kipfilet
- 3 eieren
- 4 lente-uitjes
- 1 rode paprika
- 3 el sojasaus
- 1 el sesamolie
- 2 teentjes knoflook
- 1 stukje verse gember (ca. 2 cm)

2 el zonnebloemolie

zout en peper

Bereidingswijze

- 1.** Kook de rijst gaar volgens de verpakking, spoel af onder koud water en laat volledig uitlekken. Gebruik bij voorkeur rijst van de dag ervoor.
- 2.** Snijd de kipfilet in gelijke blokjes en kruid met zout en peper.
- 3.** Verhit 1 el zonnebloemolie in een wok op hoog vuur en bak de kipblokjes rondom goudbruin. Haal de kip uit de wok en zet opzij.
- 4.** Klop de eieren los met een snufje zout. Verhit een tweede pan of dezelfde wok met een beetje olie en bak er een dunne omelet van. Laat lichtjes afkoelen en snijd in reepjes.
- 5.** Pers de knoflook fijn of hak ze fijn. Rasp of hak de gember fijn. Snijd de paprika in kleine blokjes en de lente-uitjes in ringetjes.
- 6.** Verhit de resterende 1 el zonnebloemolie in de wok op hoog vuur. Fruit de knoflook en gember kort, ongeveer 30 seconden, tot ze geuren.
- 7.** Voeg de paprika toe en roerbak 1 tot 2 minuten.
- 8.** Voeg de koude rijst toe en bak alles op hoog vuur, al roerend, gedurende 3 tot 4 minuten tot de rijst licht krokant wordt.
- 9.** Voeg de kip en de omeletreepjes toe. Giet de sojasaus en sesamolie erover en schep alles goed om.
- 10.** Haal de wok van het vuur en meng de lente-uitjes erdoor. Proef en breng eventueel bij met peper of een extra scheutje sojasaus.

Tip

Gebruik altijd koude rijst van de dag ervoor. Verse, warme rijst bevat te veel vocht en wordt plakkerig in de wok. Maak je de rijst op dezelfde dag, spreid hem dan uit op een bakplaat en laat hem minstens een uur afkoelen in de koelkast.

Lekker met

Lekker met een frisse komkommersalade of een scheutje sriracha voor extra pit.

Dranktip

Combineer met een gekoeld Peruaans bier zoals Cusquena of een lichte Aziatische lager.

Ontdek meer recepten op kookpot.be