1A+1B Vlees

Selderijsalade met kipfilet en homemade chilisaus

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Snijd de bleekselderij in kleine halve maantjes en de gerookte kipfilet en tomaat in kleine stukjes. Meng dit goed door elkaar en roer dan de chilisaus er doorheen.
2. Chilisaus:
3. Was de pepers, verwijder de zaadlijst en snijd in kleine stukjes. Doe alle ingrediënten in een pannetje en breng rustig aan de kook. Laat 7 minuten rustig op een laag pitje koken zonder deksel. Meng daarna met een staafmixer alles tot een glad mengsel. Bewaar de chilisaus in een klein weckpotje.

Ingrediënten

- [ ] 120-150 g gerookte kipfilet
- [ ] 3 stengels bleekselderij (draden verwijderd)
- [ ] 1 tomaat
- [ ] 1 el homemade chilisaus

Voedingswaarden per persoon

Energie	**235 kcal**
Koolhydraten	**9 g**
Vet	**10 g**
Eiwit	**22 g**