

Bloemkoolrijst met kipschnitzels



★★★★★
Persoonlijke favoriet!

Ingrediënten

Voor 4 personen.

400 gram bloemkoolrijst (diepvries)
4 krokante kipschnitzels
1 grote ui
1 teentje knoflook
2 winterpenen
200 gram spekreepjes
4 lente uitjes
4 eieren
2 eetlepels melk
Versgemalen peper
Zout
Sweet chilisaus

Bereiding

Bak de spekjes krokant en zet apart. Snij ondertussen de ui, wortels en lente ui.
Fruit de ui en de knoflook aan en voeg de stukjes wortel toe. Je kan de wortels even 5 minuten voorkoken, dan zijn ze uiteindelijk wat zachter. Laat dit even bakken en doe dan de bloemkoolrijst en de spekjes erbij. Laat dit al omscheppen verwarmen.

Meng de eieren met de melk, versgemalen peper en zout en maak hier 1 of 2 omeletjes van. Bak ondertussen de (zelfgemaakte) krokante kipschnitzels bruin en gaar.

Snijd de omeletjes en de kipschnitzels in reepjes/blokjes.

Verdeel de bloemkoolrijst over de borden of in een mooie schaal en verdeel daar de kipschnitzel, omeletjes en lente ui overheen.

Serveer de bloemkoolrijst met kipschnitzel desgewenst met Sweet chilisaus naar smaak.

Eet smakelijk!