

Roergebakken mihoen met prei en doperwten

Benodigdheden voor 2-3 personen:

- 200 gram kipfilet
- 250 gram mihoen
- zout, peper
- 1 blik (ca. 400 gram) doperwten
- 2 eetlepels olie
- 25 gram boter
- 350 gram gesneden prei *
- 4-5 eetlepels ketjap manis
- 2 eetlepels kruidenmix voor bami
- sambal oelek of trassie (eventueel)
- 100 gram geraspte belegen of oude Goudse kaas

Bereiding:

- snijd de kipfilet in smalle reepjes
- breng ruim water met zout aan de kook, neem de pan van het vuur en breek de mihoen fijn boven het hete water
- laat de mihoen 3 minuten wellen
- spoel de mihoen af onder koud stromend water en laat hem samen met de doperwten goed uitlekken in een zeef
- verhit de olie en de boter in een wok of braadpan en roerbak de kipreepjes rondom bruin
- roer de gesneden prei erdoor en bak de prei en de kip zachtjes gaar in 5-7 minuten; roer af en toe
- voeg de uitgelekte mihoen met doperwten, de ketjap en de kruidenmix toe en laat het gerecht al roerende op een hoog vuur door en door heet worden
- voeg zo nodig een scheutje water toe en breng het gerecht op smaak met zout, peper en eventueel sambal
- geef de geraspte kaas er apart bij

* 350 gram gesneden prei is ca. 450 gram “vuile”prei