

KIPFILET MET CITROENPASTA EN GROENE ASPERGES

Benodigdheden : voor **4** personen

500	gr	Kippenhaasjes of kipfilet
400	gr	Krote pasta (genre penne, rigatone, of orecchiette)
500	gr	Groene asperges
50	gr	Erwtjes (mag ook uit de diepvries)
1	st	Sjalot
1	teentje	Look
1	st	Citoren – zeste en sap
2	el	Dille - gesnipperd
2	el	Peterselie - gesnipperd
2	el	Munt - gesnipperd
150	gr	Ricotta
150	gr	Room
50	gr	Witte vermout (dat is 5 cl)
2	el	Gepofte quinoa
50	gr	Boter
		Olijfolie, peper en zout

Bereidingstijd: 35 minuten

Werkwijze :

Kook 400 gr buisjespasta gaar in gezouten water en laat uitlekken.

Fruit 1 gesnipperde sjalot en 1 gesnipperd teentje look in een eetlepel olijfolie.

Blus met 5 cl witte vermout en voeg 150 gram ricotta en 150 gram room toe,

Strooi er de zeste van een halve citroen bij en breng op smaak met citroensap.

Meng er van elk 2 eetpels gesnipperde dille, munt en peterselie bij.

Spoel 500 gram groene asperges en breek het houderige einde af.

Blancheer ze 5 minuten in kokend gezouten water en doe hier de laatste twee minuten nog 50 gram erwtjes bij.

Giet af en laat goed uitlekken.

Et twee pannetjes op het vuur.

Bak in een pannetje 500 gram kippenfilets of kippenhaasjes gaar.

Meng de asperges met een eetlepel olijfolie en rol ze dan door gepofte quinoa en bak ze krokant in het tweede pannetje.

Warm de saus terug op en meng er de pasta door.

Alles is nu klaar om smakelijk te eten.

=====