

## Thaise Traybake

### Ingrediënten (voor 2-3 personen)

#### Voor de traybake:

- 1 courgette – in halve plakjes
- 1 paprika – in repen
- 1 aubergine – in blokjes
- 1 ui – in parten
- 1 winterwortel – in dunne schuine plakjes
- 400-500 g krieltjes – gehalveerd (met schil)
- 2 el zonnebloem- of arachideolie
- 2 el sojasaus
- 1 tl komijnpoeder
- 1/2 tl knoflookpoeder
- 1 el citroensap
- 1 tl honing of suiker
- Optioneel: 1/2 tl sambal of chilivlokken



#### Voor de kip:

- ±150-200 g Brusselse kip (dun gesneden gekruide kipfilet)

#### Voor de kokos-citroensaus:

- 50 g santen
- 200 ml warm water
- 2 el sojasaus
- 2 el citroensap
- 1 tl knoflookpoeder (of 1 geperste teen knoflook)
- 1 tl honing of suiker
- 1/2 – 1 tl sambal of chilivlokken (naar smaak)

## Bereiding

### 1. Oven groenteschotel:

1. Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht).
2. Meng olie, sojasaus, komijn, knoflookpoeder, citroensap, honing en sambal in een grote kom.
3. Voeg groenten en krieltjes toe en meng goed door elkaar.
4. Verspreid over een met bakpapier beklede bakplaat.
5. Rooster 35-40 minuten, schep halverwege om.

## 2. Kip bakken:

6. Verhit een beetje olie in een koekenpan op middelhoog vuur.
7. Bak de plakjes Brusselse kip in 1-2 minuten per kant goudbruin en licht krokant.
8. Zet apart tot serveren.

## 3. Kokos-citroensaus maken:

9. Los de santen op in 200 ml warm water.
10. Voeg sojasaus, citroensap, knoflookpoeder, honing en sambal toe.
11. Verwarm in een pannetje op laag vuur ±7-10 minuten tot licht ingedikt.
12. Proef en breng op smaak (meer zuur, zoet of pit naar wens).

## Serveren

Verdeel de geroosterde groenten en krieltjes over de borden.

Leg de gebakken plakjes kip erop.

Lepel de warme kokos-citroensaus er royaal overheen of geef apart in een kommetje.

(recept van Marian)



Rembrandtstraat 31  
2671 GC Naaldwijk  
tel. 0174-622168

[www.marianskookwereld.nl](http://www.marianskookwereld.nl)