



Snelle en makkelijke kip pilav

Mijn liefde voor koken heb ik van mijn moeder mee gekregen. Ik heb ook echt van haar leren koken. Natuurlijk leerde ik het pas echt toen ik op kamers ging en het zelf moest doen, maar ook dan belde ik regelmatig mijn moeder. Mam het is de pittig wat moet ik doen? Mam de saus is te waterig hoe kan ik hem nu nog binden? Mam ik wil dat recept maken wat moet er allemaal in?

Twee jaar geleden gaf ze ons met de verjaardagen een receptenboekje, waarin ze al haar recepten had overgeschreven. Daaruit maakte ik toen kip in rode saus, waarbij geschreven stond dat ik ketjap nodig had. Helaas had ik het verkeerd gelezen en tomatenketchup gekocht. Ik had te weinig ketjap in huis om dit nog aan te passen, dus veranderde ik het recept en ontstond dit recept. Tomatenketchup is natuurlijk veel zoeter, waardoor ik er een lekkere kip pilav van maakte.

Ik maakte dit ook voor Dylan en hij vond het heerlijk. In het recept leg ik weer uit hoe ik het babyproof maakte. En weet je officieel mag Dylan vanaf donderdag voortaan gewoon met ons mee eten. Ik krijg veel positieve reacties op mijn babyproof maaltijden en we gaan Dylan geleidelijk aan met ons mee laten eten. Hoe ik de maaltijden babyproof maak blijf ik voorlopig dan ook gewoon met jullie delen, want het maakt het toch echt wel gemakkelijker om niet twee keer te hoeven koken.

Ingrediënten voor 6 personen:

- 4 kipfiletjes
- 250 ml tomatenketchup
- 1 theelepel sambal
- 2 blikje tomatenpuree (2 à 140 gram)
- 2 eetlepels azijn
- 2 eetlepels suiker
- 2 uien
- 1 blik perziken (820 gram)
- 500 ml water
- Olie

- Peper
- Zout

Snijd de kipfilet in stukjes. Bak de kipfilet aan in een verwarmde hapjespan met een scheut olie.

Pel de uien en snipper deze. Als de kip van alle kanten gebakken is kun je de ui toevoegen.

Als de uien aan gefruit is voeg dan de tomatenpuree toe. Bak deze mee voordat je de rest toevoegt, zodat de puree kan ontzuren. Het is niet erg als de kip nog niet helemaal gaar is, deze gaart verder tijdens het sudderen.

Voeg de azijn, suiker, sambal, ketchup en het water toe. Laat dit 30 minuten sudderen, zodat de smaken in kunnen trekken en de saus kan indikken.

Snijd de perziken in grove stukken en voeg die na 20 minuten toe aan de tomatensaus. Ik hield 2 perziken achter voor de garnering van 4 borden.

Schep na 30 minuten een bakje(s) van de pilav uit voor je baby. Dylan at dit vanaf de 9 maanden.

Breng de saus op smaak met peper en zout. Het gerecht heeft redelijk wat zout nodig als tegenhanger van de zoete saus.

Lekker om te serveren met rijst, maar het kan ook met pasta of brood. Als je het met rijst serveert kook deze dan tijdens het sudderen van de saus. Voor 1 koffiekopje rijst voeg ik 2 koffiekopjes water toe. Laat de deksel op de pan, met een (houten)pollepel ertussen en hij kookt niet over. Mijn zilervliesrijst wordt op deze manier perfect gaar. Als de rijst gaar is schep hier ook wat uit voor je baby en breng daarna de rijst op smaak met zout voor jullie zelf.

Snijd de achter gehouden perziken in dunne plakjes en garneer de kip pilav hier mee.