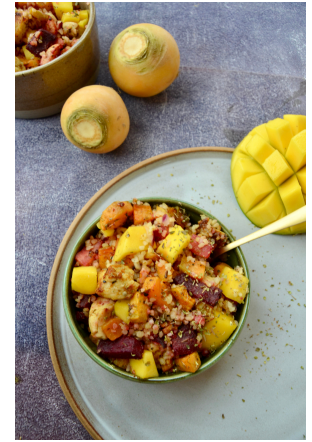


## Ingrediënten (voor 2 personen).

- ✓ 150 g bulgur
- ✓ 200 g kipfilet
- ✓ 150 g zoete aardappel
- ✓ 150 g koolraap
- ✓ 1 grote rode biet (ongekookt)
- ✓ 1 el mosterd
- ✓ 1/2 mango
- ✓ 1/2 blokje groentebouillon
- ✓ olijfolie
- ✓ peper
- ✓ zout

## BULGURSALADE



## Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Schil de koolraap, rode biet en zoete aardappel en snij in blokjes.
3. Doe de groenten en kruid naar smaak met peper, zout, marjolein, oregano, mosterd en een goede scheut olijfolie. Meng alles goed door elkaar.
4. Verspreid de groenten op een met bakpapier beklede bakplaat. Bak deze in ongeveer 30 minuten (tot ze zacht zijn) af in de oven en roer halverwege goed door.
5. Breng water aan de kook samen met het bouillongblokje en kook de bulgur zoals aangegeven op de verpakking gaar.
6. Verhit terwijl 1 el olijfolie in een pan en voeg hier de in blokjes gesneden kip aan toe. Bak tot deze goudbruin zijn en kruid met peper en zout.
7. Voeg de ovengroenten, kip en mangoblokjes toe aan de bulgur en meng door elkaar.