

Amerikaanse Kip

Benodigheden:

- 1 kg. kipfilet
- 1 kg. uien
- 1 Fles tomatenketchup (+/- 0,5 Liter)
- Peper
- Kruidenmelange (kip) naar smaak

Bereiding:

- Maak de uit schoon en snijd deze in (grove) stukken
- Fruit de ui in een pan met zo weinig mogelijk vetstof (boter, margarine, olijfolie)
- Doe de ui in een ketel en zet ze even opzij.
- Snijd de kipfilet in hapklare stukken (niet te fijn)
- Bak de stukken aan in pan met toevoeging van de kruiden.
- Doe de gefruite ui in de pan met de kipfilet.
- Voeg de ketchup aan de kipfilet en de ui toe en laat het geheel minimaal een half uur sudderen op een matig vuur.
(vergeet niet om het geregeld te roeren zodat er niets aanbakt)

Serveren met brood of rijst