



BBQ spiesen met Hela Kruiden Ketchup Pinda

Ingrediënten voor 2 Personen

250 g kippendijfilet of kipfilet
1 groene paprika
1 rode ui
1 el ketjap
1 el soja saus
1 teen knoflook
80 g Hela Kruiden Ketchup Pinda
6 satéprikkers



Vorbereiding

1. Snijd de kippendijfilet of kipfilet in blokjes van ongeveer 2x2 cm.
2. Pers de knoflook met een knoflookpers.
3. Maak een marinade door de ketjap, knoflook en soja saus door elkaar te mengen in een bakje.
4. Giet de marinade over de kipblokjes en zet dit minimaal 30 minuten in de koelkast zodat de marinade in kan trekken.
5. Snijd ondertussen de paprika in grove stukken en de rode ui in parten.
6. Prik de kipblokjes om en om met een stuk paprika en rode ui aan de satéprikkers en verdeel alles over de 6 spiesen.
7. Grill de kipspiesen in ongeveer 10-15 minuten op de barbecue totdat deze goed gaar zijn. Heb je kippendijfilet gebruikt voor de spiesen? Deze moeten wat langer garen dan de kipfilet.
8. Serveer de BBQ spiesen met de Hela Kruiden Ketchup Pinda en eventueel met een salade en stokbrood bij de barbecue.

Smakelijk!