Het recept van Peet


Gebakken rijst met broccoli en zalm

Ingredienten voor
2 personen
• 1 grote stronk broccoli
• 1 rode paprika
• 1 ui
• 1 teen knoflook
• 350 gram gekookte zilvervleesrijst
• 200 gram geroosterde zalm snippers (of geroosterde kipfilet)
• Olijfolie

Bereiding
• Snijd de ui in kleine stukjes. Maak de paprika schoon en snijd fijn. Verhit in een wok de olie en roerbak de ui en paprika 3 minuten. Schep de broccoli en rijst erbij, pers de knoflook erboven en roerbak tot de rijst een mooi bruin kleurtje heeft.
• Schep de stukjes geroosterde zalm erop, leg een deksel op de wok en laat de vis op laag vuur gaan worden in 5 minuten. Schep de vis voorzichtig door de rijst. Breng op smaak met peper en zout.

Houd je niet van zalm? Dan kun je ook geroosterde kipfilet toevoegen. Geroosterde kipfilet is al gaar dus die hoeft je alleen even warm te laten worden.