



SESAMSTOKJES



Ingrediënten (voor 15 stuks):

- 1 dubbele kipfilet
- 3 el sesamzaadjes
- 1 el sojasaus
- peper en zout
- 1 el koolzaadolie
- 15 prikkertjes of spiesjes

Bereidingswijze:

- Leg de spiesjes in water (dit voorkomt dat ze zwart worden tijdens het bakken).
- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Bekleed de bakplaat met het bakpapier.
- Snij de kipfilet in reepjes van 2 cm dik en rijg ze elk aan een spiesje.
- Maak een marinade van sojasaus en koolzaadolie en doe dit in een kommetje.
- Laat de kippenreepjes enkele minuten marineren in de marinade.
- Haal vervolgens de kippenreepjes één voor één door het sesamzaad en leg ze uit mekaar op een bakplaat.
- Laat ze 20 minuten garen in een voorverwarmde oven op 180°C.
- Smakelijk!