




# Pittige kiprolletjes

-  Bereiden in: Pan
-  Voorbereiding: 15 min.
-  Bereiding: 30 min.

Recept voor 4 personen

## Ingredienten

- 8 kipfilets
- 2 tl groene olijventapenade
- 40 gram salami in plakjes
- 8 ingelegde rode paprikarepen uit een pot
- 8 basilicumblaadjes
- 2 el bloem
- 2 knoflookteentjes
- 2 rode chilipepers
- 2 el maaskiemolie
- 2 el fijngehakte peterselie
- 450 ml kippenbouillon
- peterselie om te garneren

## Voedingswaarde

- 320 kcal / 1335 kj
- 17 gram vet
- 36 gram eiwit
- 6 gram koolhydraten
- 2 gram vezels

## Wist u dit

*Olijven bevatten vitamine A en E en enkelvoudig onverzadigde vetzuren. Ze stimuleren de spijsvertering en ondersteunen de verwerking van de vetstoffen.*

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen  
+31 (0)53 436 71 12  
[info@sameneenkoekopen.nl](mailto:info@sameneenkoekopen.nl)  
[www.sameneenkoekopen.nl](http://www.sameneenkoekopen.nl)



# Pittige kiprolletjes

## Bereiding

- 1 Druk de kipfilets tussen twee stukjes plasticfolie plat. Bestrijk ze aan één kant met de olijven tapenade en beleg elke kipfilet met plakjes salami, 1 paprikareep en 1 blaadje basilicum.
- 2 Rol de kipfilets voorzichtig op en sla de uiteinden naar binnen. Omwikkel ze zorgvuldig met keuken-garen zodat de vulling er niet uit kan lopen. Bestuif de rolletjes met bloem.
- 3 Pel de knoflook en pers uit met een knoflookpers. Was de chilipepers, halveer ze in de lengte en verwijder de zaadjes. Snijd ze klein. Verhit de olie in een pan. Voeg knoflook, chili en peterselie toe en fruit kort. Braad hierin de kiprolletjes 5 min. aan. Giet de bouillon erbij en smoor de rolletjes ca. 20 min. Garneer met peterselie.

## Kooktips

U kunt de rolletjes ook vastzetten met houten cocktailprikkertjes, die u voor het serveren verwijdert. Variatie Als u in de supermarkt geen olijven tapenade kunt krijgen, kunt u ook groene pesto gebruiken.

## Serveren

Leg de rolletjes op een knapperig slablad en serveer er nieuwe aardappelen bij, bedropen met wat boter.

image not found  
<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

[www.sameneenkoekopen.nl/recepten](http://www.sameneenkoekopen.nl/recepten)