

Gevulde kipfilet



 Bereiden in: Ovenschaal

 Voorbereiding: 15 min.

 Bereiding: 15 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 4 kipfilets
- handje vol pijnboompitten
- dikke plak fetakaas
- en 1 kg spinazie

Voedingswaarde

•

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
www.sameneenkoekopen.nl

Gevulde kipfilet



Bereiding

- 1 Snijd u kipfilet horizontaal in, maar niet helemaal doormidden. Zo loopt de vulling er niet uit.
- 2 De vulling, in dit geval de spinazie, pijnboompitjes en de feta, door elkaar gehusseld, toevoegen
- 3 Kipfilet dichtbinden met keukentouw, zo blijft alles keurig op z'n plaats.
- 4 Verwarmt u de oven voor op 180°C en gaar de kipfilets dan, afhankelijk van de grootte en de dikte, 10 à 15 minuten.

image not found

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

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten