


# Mexicaanse Kipfilet

 Bereiden in: koekenpan /  
airfryer

 Voorbereiding: 10 min.

 Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

## Ingrediënten

- 2 Mexicaans gemarineerde scharrelhoenfilets
- 1 rode paprika, in reepjes
- 1 gele paprika, in reepjes
- 1 rode ui, in dunne halve ringen
- 1 teentje knoflook, fijngehakt
- 1 el olijfolie of boter
- 1 tl komijnpoeder
- Sap van een halve limoen
- Peper en zout naar smaak

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



# Mexicaanse Kipfilet

## Bereiding

- 1 Kipfilet bakken: Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak de kipfilet op middelhoog vuur tot deze mooi goudbruin en gaar zijn (ca. 4-5 minuten per kant).
- 2 Groenten toevoegen: Voeg de paprika, ui en knoflook toe aan de pan en bak deze 3-4 minuten mee tot ze iets zachter zijn, maar nog een lichte bite hebben. Strooi de komijnpoeder erover en roer goed door.
- 3 Op smaak brengen: Knijp wat vers limoensap over het gerecht voor een frisse touch. Breng op smaak met een beetje peper en zout naar wens. Snij desgewenst de kip in plakken

## Kooktips

Bereiding in de airfryer: 1. Verwarm de airfryer voor op 180°C. 2. Leg de Mexicaans gemarineerde kipfilets in het mandje, zorg ervoor dat ze niet overlappen. 3. Bak 10-12 minuten en keer de kipfilet halverwege om voor een gelijkmatige garing. Controleer of de kip gaar is (kerntemperatuur 72°C). 4. Laat de kipfilet een paar minuten rusten voordat je hem aansnijdt. Wil t u de paprika en uien erbij bereiden? Roerbak ze in een pan met een beetje olie terwijl de kip in de airfryer gaart, of rooster ze de laatste 5 minuten mee in de airfryer in een aparte bakvorm.

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)