



FRESH!
VERSMARKT LEIDSENHAGE



Ingrediënten

3 stronkjes witlof
1 rode ui
1 komkommer
1 avocado
1 puntpaprika
1 mango
1 papaja
1 bakje cherrytomaatjes
1 Spaanse peper
zout
peper
1 nootje boter
4 kippendijen


VOOR DE DRESSING:

300 ml yoghurt
1 citroen
1 granaatappel
4 blaadjes munt

SALADE PULLED CHICKEN MET PAPAYA EN MANGO-YOGHURT DRESSING

 **Lunchgerecht**

 **4 personen**

 **30 minuten**

1. Verwarm de oven voor op 140 graden.
2. Voor de salade: snijd de witlof en ui in reepjes, snijd ook de komkommer, avocado, puntpaprika en mango in reepjes zet de helft van de mango apart. Maak de papaja schoon en snijd in smalle reepjes. Halveer de cherrytomaatjes. Doe deze ingrediënten in een grote kom, meng goed en breng alvast op smaak met de Spaanse peper en zout en peper.
3. Verhit de boter in een koekenpan en bak hierin de kippendijen rondom aan. Schep ze over in een ovenschaal en zet die in de oven. Laat de kip in ongeveer 20 minuten gaar worden en laat afkoelen. Trek dan met behulp van twee vorken de kip uit elkaar zodat het lijkt op draadjesvlees.
4. Voor de dressing: doe de apart gehouden reepjes mango, de yoghurt en het sap van de citroen in een kom en pureer dit met een staafmixer. Breng op smaak met peper en zout.
5. Sla boven een kom met een lepel de pitjes uit de granaatappel. Voeg de kip, de fijngesneden munt, de pitjes en de helft van de dressing toe aan de salade en meng dit goed. Verdeel het over vier borden en sprenkel de rest van de dressing eromheen.