**Nasi met kippendij en groenten. Snel, makkelijk en budget.**

**Uit je eigen keukenkastje:**

Olie, nasi kruiden.

**Ingrediënten:**

3 kippendijen (meer vlees? Voeg meer dijen toe)

Ca. 450 gram groentepakket voor bami of nasi

Ca. 400 gram rijst ( Grote eters? Maak wat extra )

20 g Nasi kruiden

**Tip**: Meer groenten in nasi? Voeg eventueel een bakje of zakje Taugé toe.

**Bereiding:**

1. Breng het water voor de rijst in een kookpan aan de kook en volg de instructies op de verpakking.
2. Snijd de dijen in stukjes. Voeg een scheutje olijfolie in de wokpan en bak het vlees in 5 min gaar.
3. Voeg het groentepakket toe in de wokpan en bak het even mee (Hoelang? staat vaak op de verpakking). (Zit er in pepertje bij? bedenk of je kleintje dit kan eten? Gebruik hem anders een andere keer in een “volwassenenmaaltijd”)
4. Voeg de kruidenmix toe en bak die ook kort mee, vervolgens voeg de rijst toe en meng alles goed door elkaar.

**Let op:**  Is deze maaltijd te grof voor je kleintje? Snijd de kip en groenten heel fijn en/of blend met de staafmixer. Is het droog? Voeg eventueel wat vocht toe (kan kookvocht van de rijst).

**Voor de volwassenen: Voeg lekker wat een woksaus of kroepoek toe aan de maaltijd!**