

## Kip & ananas spiesjes / Chicken & Pineapple skewers



### Boodschappenlijst

400 g kippenborst  
2 lente-uitjes, in stukjes  
½ een kleine ananas  
1 lente-uitje, gesnipperd  
1 eetlepel rietsuiker  
30 ml ciderazijn  
30 ml ananassap  
30 ml sojasaus  
1 teentje knoflook, geperst  
zeezout&vers gemalen peper, naar smaak

### Zo maak je kip & ananas spiesjes

Pel, verwijder het midden en snij de ananas klein, doe de stukjes in een kom. Zet de kom in de ijskast en laat de ananas uitlekken maar bewaar het sap.

Roer een marinade van ananassap, azijn, suiker, ui, knoflook, peper en soya. Snij de kip in blokjes, doe ze in de kom en bedek alle blokjes met marinade. Trek er vershoudfolie over, zet de kom in de ijskast en laat de kip 1 uur marinieren.

Als het weer het toelaat verhit je de barbecue, zo niet verhit dan de grillpan. Rijg de kip, lente-ui en ananas afwisselend aan de stokjes. Barbecue of rooster de spiesjes 3-4 minuten aan elke kant of tot ze gaar en mooi gekleurd zijn.

**Serveer de kipspiesjes met friet en een groene salade of met rijst.**

## Kip & ananas spiesjes / Chicken & Pineapple skewers



### Shopping list

- 400g chicken breast
- 2 spring onions, cut into pieces
- ½ a small pineapple
- 1 tablespoon muscovado sugar
- 30ml cider vinegar
- 30 ml pineapple juice
- 30 ml soy sauce
- 1 garlic clove, pressed
- 1 spring onion, finely chopped
- sea salt & freshly ground pepper, to taste

### How to make chicken and pineapple skewers

Peel, core and cut the pineapple into chunks, place it in a bowl and put it in the fridge.

Drain the pineapple pieces but keep the juice. Cut the chicken into cubes, place in the fridge.

Make a marinade from the pineapple juice stirred with vinegar, sugar, 1 finely chopped onion, pressed garlic, salt & pepper and soy sauce.

Place the chicken in the bowl, coat all the cubes with marinade then cover the bowl with cling film.

Place the bowl in the fridge and allow the chicken to marinate for 1 hour.

Weather allowing heat the barbecue if it is raining heat a griddle pan.

Thread the chicken, spring onion and pineapple onto skewers, alternating pieces.

Barbecue or griddle the skewers for 3-4 minutes each side or until cooked and nicely coloured.

**Serve with chips and a green salad or with rice**