Chinese kool salade met gegrilde kip en ananas

Chinese kool salade met gegrilde kip en ananas. Kip en ananas is een beproefde combi. Nu kun je dit natuurlijk als gerechtje maken voor op brood maar minstens zo lekker is dit in een fijn geraspte salade van Chinese kool.

Dit is ook weer zo’n perfecte salade om te maken van leftovers. Heb je wat gegrilde kip over van het avondeten, pluk het vlees van het bot en zet het apart voor de volgende dag.

Het liefst gebruik ik verse ananas maar heb dit niet altijd voorradig. Daarom ook wel een blik ananas in huis voor het geval dat. Waar ik wel op let is dat er geen suiker toegevoegd is aan het sap. Let jij op etiketten?

Voor 2 personen (maaltijdsalade)

Bereidingstijd: < 15 minuten

Ingrediënten

- 200 gram Chinese kool
- 150 gram gegrilde kip
- 4 schijven ananas (op water of sap ZONDER toevoegde suiker) = 200 gram
- 60 gram feta
- Optioneel: olijven

Bereiding Chinese kool salade met gegrilde kip en ananas

1. Snij de kool in ragdunne reepjes en doe dit in een grote schaal.
2. Snij de kip in blokjes of trek het met 2 vorken uit elkaar zodat je “pulled chicken” krijgt.
3. Snij de ananas in blokjes.
4. Voeg de kip, ananas en olijven bij de kool.
5. Verbrokkel als laatste wat feta over de salade.

Serveer eventueel een dressing apart in een potje naast de salade.