

# Pulled chicken salade

**Pulled chicken salade;** een friszoete salade voor op brood of toast.

Zoals je weet ben ik dol op salade, meestal met heel veel groente maar een salade voor op brood is toch weer iets anders. Okee, soms koop ik echt wel eens een bakje in de supermarkt maar eerlijk gezegd, ik word elke keer weer teleurgesteld, veel saus (lees slechte kwaliteit olie/mayo) en weinig echte ingrediënten waar het volgens mij om draait. Dus, als ik even tijd heb dan maak ik het liever zelf.

## Ingrediënten

- 150 gram kipfilet
- 1 eetlepel Mexicaanse kipkruiden (of als je deze niet kan vinden, wat andere kruiden – beetje spicy is het lekkerste)
- 1/2 theelepel zout (dit achterwege laten als er al zout in de kipkruiden zitten)
- 1,5 schijf ananas
- 2 eetlepels Griekse yoghurt
- 1 eetlepel mayonaise
- 2 eetlepels vers geknipte bieslook
- 1/2 theelepel vloeibare bak en braad

## Bereiding pulled chicken salade

1. Smeer de kipfilet in met de kipkruiden en zout.
2. Bak de kipfilet in de boter, haal ze uit de pan en laat ze koud worden.
3. Trek nu met 2 vorken de kipfilet uit elkaar.

4. Snij de ananas in kleine blokjes en schep deze door de kipfilet.
5. Mix de Griekse yoghurt met de mayonaise en fijngeknipte bieslook.
6. Spatel dit door de kipfilet met ananas en zet het voor een tijdje koel in de koelkast.

Geniet van deze salade tijdens de lunch of op een gezellig borrelplankje.

En wil je nog meer lekkere dingen op je borrelplankje? Denk dan eens aan [deze](#) roomkaas dip.