

# Kip Spies

## Kip Spies

Pers de knoflook fijn

Mix de knoflook met de olijfolie

Voed de cayennepeper toe

Snijd de kip in blokjes

Smeer de kipblokjes in met de mix

Laat 30 minuten intrekken

Snij de courgette in dikke plakken

Prik om en om de kip en courgette aan sateprikker

Grill kipspies in 10 minuten op de grillplaat

Aantal personen: 1

Kcal:

Ingrediënten:

60 gram kip

Theelepel Cayennepeper

Theelepel olijfolie

50 gram Courgette

Sateprikker