



Panama



MET EEN LEKKER STUKJE BELGISCHE KIP.

Kies altijd voor vlees van bij ons. Ook wanneer we de Panamezen wegspele.

Kooktip: deze schotel is op z'n best met een lekker stukje kip van bij ons. Met zorg gekweekt, streng gecontroleerd en door iedereen gesmaakt. Bekijk dit recept op de achterzijde of ontdek andere gerechten op lekkervanbijons.be.

#REOTOGETHER

Lekker
VAN BIJ
ONS.be

Panama

KIP MET LOOK EN BROCCOLINI

Gerechten met kip vind je overal ter wereld. Maar de bereiding verschilt per land. Kip met look en broccolini is een typisch Panamees recept. Ideaal om te serveren op zwoele zomeravonden. Dat smaakt naar meer!

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

- 1 kip in 4 gesneden • 500 g broccolini
- 30 honing- of kerstomaatjes • 2 rode uien • zure room • korianderblaadjes
- 1 komkommer • balsamicoazijn
- olijfolie

Voor de marinade:

- 2 laurierblaadjes • 5 teentjes look • zout
- 1 tas sinaasappelsap • ½ el wijnazijn (bv. Chardonnay) • zwarte peper • 2 el worcestersaus • 2 el pimentpoeder

BEREIDING

Meng de ingrediënten voor de marinade. Bestrijk de stukken kip met de marinade. Laat 4 uur rusten in de koelkast.

Bak de gemarineerde stukken kip even aan in een grillpan en bak nadien nog

10 minuten in een oven van 180°C. Je kan de kip ook grillen op de BBQ. Leg de honingtomaatjes 30 seconden in heet water. Laat ze nadien schrikken in koud water. Dit vergemakkelijkt het pellen. Pel de honingtomaatjes en snijd ze in twee. Overgiet met wat olijfolie. Werk af met korianderblaadjes.

Schil de komkommer en verwijder de zaadjes. Snijd in blokjes. Snijd de rode uien in halve ringen en meng met de balsamicoazijn, de olijfolie en koriander. Doe er de gehalveerde tomaatjes en blokjes komkommer bij. Kruid met peper en zout.

Stoom de broccolini.

Schik de komkommersalade op een bord. Leg er een stuk kip op. Werk af met de broccolini en een lepeltje zure room.



In samenwerking met Chef-kok
Bartel Dewulf en Frédéric Decruyenaere,
huischefs van onze Rode Duivels

