DINNERLY

Pulled chicken burger met BBQ-saus

met gebakken aardappel en bietensalade

40-50min 2 personen

Van burgers krijgen we nooit genoeg, al helemaal niet als ze met pulled chicken belegd worden. Voor dit gerecht trek je de kip na het garen uit elkaar, zodat er een structuur ontstaat die de smaak van de BBQ-saus extra goed opneemt. En om je bord wat kleur te geven serveer je er een salade van rode biet en appel bij. Mmm!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 kipfilet
- 1 rode biet
- 1 groene appel
- 40ml BBQ-saus [1,4]
- 2 burgerbroodjes [3]

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el mayonaise [2]
- 1el tomatenketchup
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- dunschiller
- keukenrasp

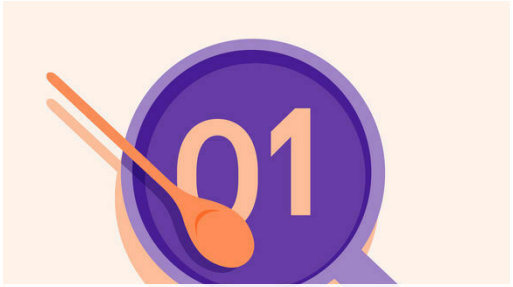
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

Selderij (1), Eieren (2), Gluten (3), Mosterd (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

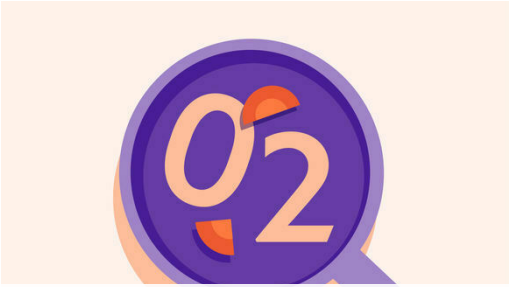
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 796kcal, vet 24.8g, koolhydraten 101.8g, eiwit 39.5g



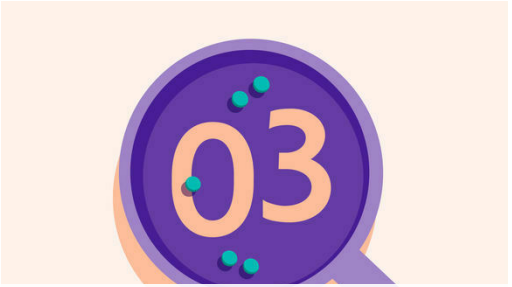
1. Aardappels bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **aardappels incl. schil** in partjes, meng ze met 1el olijfolie en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Bak ze in 25-30min goudbruin en gaar. Wentel ze halverwege de baktijd. Zet de oven uit, zet de ovendeur op een kier en laat de **aardappels** nog 5min liggen – hierdoor worden ze knapperiger.



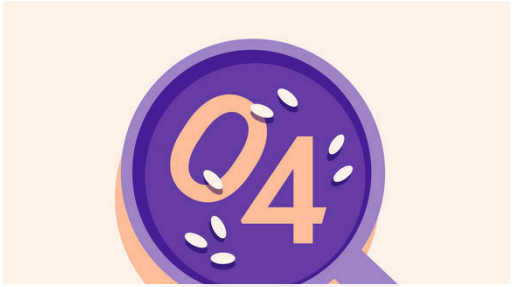
2. Vlees garen

Dep het **vlees** droog met keukenpapier, leg het in een middelgrote kookpan en bedek met water. Breng het water op hoog vuur aan de kook, zet het vuur dan laag en laat het **vlees** 10-12min sudderen, tot het gaar is. Haal het uit de pan en laat afkoelen.



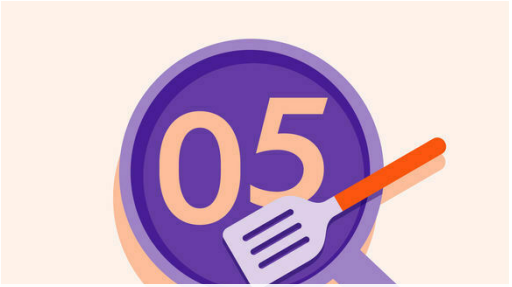
3. Salade maken

Klop een **dressing** van 2el mayonaise, 1el azijn, 1tl suiker en ½tl zout. Schil de **rode biet** en de **appel** en rasp ze grof (zie ook de tip in **stap 6**). Leg beide in een zeef en druk het vocht er boven de wasbak uit – gebruik je handen of bijv. een grote lepel om te drukken. Meng de **rode biet** en **appel** met de **dressing**.



4. Pulled chicken maken

Trek het **vlees** met twee vorken uit elkaar of snij het met een mes in kleine stukjes. Meng met de **BBQ-saus** en 1el ketchup en kruid met een snuf peper. Proef dan of je nog een snuf zout wil toevoegen.



5. Afmaken en serveren

Snij de **broodjes** open en bak ze in 2-3min knapperig in de oven. Bestrooi de **aardappelpartjes** met een snuf zout. Beleg de **broodjes** met de **BBQ-kip** en **salade** naar smaak. Serveer met de **aardappelpartjes** en de **rest van de salade**.

6. Iets te kleurrijk?

De kleur van rode biet is prachtig op je bord, maar iets minder mooi op je handen of kleding. Om na het schillen, raspen en uitdrukken van de rode biet niet helemaal paars-rood gekleurd te zijn is het aan te raden keukenhandschoenen en evt. een schort te dragen.