



Kippenbouten met pompoenpittencrust

en geroosterde pompoen met klassieke salade



30-40min



2 personen

Tot ziens, lieve pompoen! We hebben dit seizoen ontzettend van je genoten; in soepen, ovenschotels en salades. Geroosterd, gekookt, gefrituurd en gestoomd. Gestampt, geschaafd, gepureerd... Het hield niet op. Tot ziens, lieve pompoen, hopelijk is de zomer snel voorbij want we missen je nu al. Hoewel... al die mooie zomerse producten eten zichzelf niet op, dus doe!

Wat je van ons krijgt

- 2 sachets BBQ-saus ^{9,10}
- 1 sachet Griekse kruidenmix
- 2 kippenbouten
- 1 zakje pompoenpitten
- 1 mini Hokkaido-pompoen
- 1 zakje grove mosterd ¹⁰
- 1 wortel
- 1 bosui
- 1x mesclun

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- keukenrasp

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

Kooktip

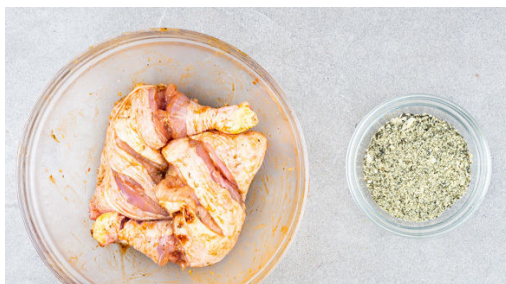
Controleer de garing door de bout in het dikste deel in te snijden. Het braadvocht moet doorzichtig zijn en het vlees niet meer glazig.

Allergenen

selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 696kcal, vet 40.0g, koolhydraten 36.6g, eiwit 47.8g



1. Kip marineren

Verwarm de oven voor op 210°C. Meng de **bbq-saus** met **1tl Griekse kruidenmix**, 1-2tl olijfolie en een snuf zout. Snijd de **kippenbouten** aan beide zijden 2-3 keer tot op het bot in en wrijf rondom met de **marinade** in. Hak de **pompoenpitten** fijn



4. Pompoen roosteren

Verwijder de pitten en draden en snijd de **pompoen** in blokjes (schillen hoeft niet!). Hussel ze om met de **rest van de kruidenmix**, 1tl olie en een snuf peper en zout. Neem na 15min de bakplaat met **kip** uit de oven en verdeel de **pompoen** eromheen. Plaats terug in de oven en bak nog 15-20min tot de **kip** gaar is en de **pompoen** zacht (**zie tip, links**).



2. Kip coaten

Bestrooi de **kip** met de **pompoenpitten** en druk goed aan.



5. Dressing maken

Meng **1tl mosterd** met 1-2tl azijn, 1el olijfolie, 1el water, 1/4tl zout en een snuf peper.



3. Kip bakken

Leg de **kip** op een bakplaat met bakpapier. Bak ca. 15min op het laagste niveau in de oven.



6. Salade maken

Rasp de **wortel** grof. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Meng vlak voor het serveren de **mesclun** met de **wortel**, **bosui** en de **dressing**. Je kunt evt. de **kippenbouten** dwars doormidden snijden, zodat de drumstick van de dij wordt gescheiden. Serveer de **kip** met de **pompoen** en **salade**.