



Thaise traybake met kip en zoete aardappels plus rodekoolslaw



30-40min



2 personen

Chef Elisabeth haalde alles uit de kast voor deze traybake en het resultaat mag er zijne: zachte, in de oven gebakken zoete aardappel, een frisse slaw van rodekool en komkommer en een verfrissende dressing met vissaus. Daarbovenop nog eens crunchy pinda's, een limoenmayonaise en als ster van de show kip uit de oven. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 3 zoete aardappels
- 1 teen knoflook
- 5g tandoori masala
- 1x kipstukjes
- 10g verse kruidenmix: koriander & Thaise basilicum
- 1 limoen
- 1 vers chilipepertje
- 1 zakje vissaus ⁴
- 1 minikomkommer
- 1x rodekoolreepjes
- 1 zakje pinda's ⁵
- 1 zakje mayonaise ^{3,10}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier

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

Kooktip

Begin met een kleine hoeveelheid vissaus en voeg theelepel voor theelepel een beetje meer naar smaak toe. Toevoegen kan altijd, weghalen echter niet.

Allergenen

eieren (3), vis (4), pinda's (5), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 690kcal, vet 24.1g, koolhydraten 75.8g, eiwit 40.7g



1. Aardappels snijden

Verwarm de oven voor op 220°C. Snijd de **zoete aardappels** in vingerdikke staafjes. Pel en hak de **knoflook** fijn. Meng de **knoflook** met **1tl tandoori masala**, 1-2el olie en 1tl zout. Meng de **kipstukjes** in een kom met **1/3e van de marinade** en zet opzij.



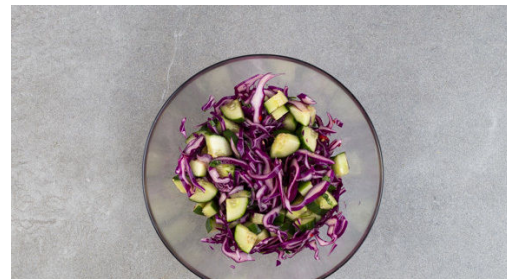
4. Dressing maken

Roer **2-3tl vissaus**, **1el gehakte kruiden**, 1-2tl water, 1/2tl zout en 1tl suiker door het **limoensap**. Proef en voeg meer **vissaus** en/of azijn naar smaak toe (**zie kooktip, links**).



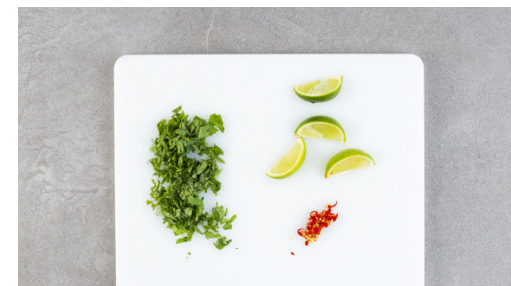
2. Aardappels roosteren

Verdeel de **aardappels** over een bakplaat met bakpapier en hussel ze om met de **rest van de marinade**. Rooster de **aardappels** ca. 15min. Leg de **kipstukjes** erbij en bak alles nog een 10min totdat de **kip** en **aardappels** gaar en goudbruin zijn.



5. Salade maken

Snijd de **minikomkommer** in stukjes. Doe de **koolreepjes** in een kom met de **komkommer**, **dressing** en voeg **chilipeper** toe naar wens. Hussel om en zet opzij.



3. Ingrediënten voorbereiden

Pluk de **verse kruidenblaadjes** en hak ze fijn. Doe de steeltjes weg. Halveer de **limoen**, pers **een helft** boven een kom uit en snijd de **ander** in partjes. Snijd het **chilipepertje** in ringetjes.



6. Pinda's hakken

Hak de **pinda's** grof. Roer het **sap van 1-2 limoenpartjes** en een snufje zout door de **mayonaise**. Serveer de **traybake** met de **salade** bovenop en bestrooi met de **pinda's** en **rest van de kruiden**. Besprenkel met de **limoenmayonaise** of serveer deze met de **limoenpartjes** ernaast.