



## Mexicaanse wraps met kip

en rodekoolslaw met chili-limoensaus



30-40min



2 personen

Zet je kleurigste servies op tafel voor dit Mexicaanse feestmaal. Mexico heeft een van 's werelds rijkste streetfoodculturen en wij zijn vooral fan van goed gevulde wraps. Onze interpretatie bestaat uit gepaneerde malse kip, frisse limoensaus en een kraakverse slaw van rodekool en paarse wortel. Buen provecho!



## Wat je van ons krijgt

- 1 paarse wortel
- 1 rode kool
- 10g verse peterselie
- 1 limoen
- 1 vers chilipepertje
- 1 kuipje yoghurt <sup>7</sup>
- 2 zakjes mayonaise <sup>3,10</sup>
- 1 zakje tex-mexkruiden
- 1 zakje bakpoeder
- 1 kipfilet
- 1x wraps <sup>1</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker
- 100g bloem <sup>1</sup>

## Kookgerei

- middelgrote koekenpan
- grote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- garde
- keukenpapier

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

### Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 926kcal, vet 48.1g, koolhydraten 74.5g, eiwit 44.1g



### 1. Slaw maken

Boen de **wortel** schoon en rasp hem grof. Snijd ca. **1/3e van de kool** in dunne reepjes en meng met de **wortel**, 1tl suiker, 2-3el azijn (bij voorkeur wittewijn) en een flinke snuf peper en zout. Knead goed, zodat de **kool** wat zachter wordt en zet de **slaw** opzij. Hak de **peterselie** zonder hardere steeltjes grof. Bewaar de **ongesneden** kool voor een ander recept.



### 4. Kip door beslag halen

Verhit een laag plantaardige olie in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. De olie is heet genoeg als deze begint te borrelen zodra je er een druppel van het **beslag** in laat vallen. Haal de **kipreepjes** door het **beslag**. Zorg dat ze rondom met een laagje bedekt zijn.



### 2. Saus maken

Rasp de **limoenschil** fijn. Halveer de **limoen**, pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Hak het **chilipepertje** fijn (verwijder evt. de zaadlijsten als je niet van pittig houdt). Meng de **helft van de yoghurt** met de **mayonaise**, **1tl limoenrasp**, **1-2tl limoensap** en **chilipeper** naar wens. Breng de **saus** op smaak met zout.



### 5. Kip bakken

Laat voorzichtig een paar **kipreepjes** in de pan glijden en bak ze 5-6min om en om, tot het **beslag** goudbruin en de **kip** gaar is. Schep uit de pan en leg de **kip** op een stuk keukenpapier om het vet op te vangen. Herhaal tot je alle **kip** gebakken hebt.



### 3. Beslag voorbereiden

Doe 100g bloem met 150ml lauwarm water, de **Tex Mex-kruiden** en **1tl bakpoeder** in een kom en klop met een garde tot een **glad beslag**. Breng het **beslag** op smaak met peper en zout. Dep de **kipfilet** droog en snijd hem in brede, vingerlange repen.



### 6. Wraps opwarmen

Verhit een droge, grote koekenpan op middelhoog vuur. Warm **4 wraps** om de beurt in 15-30sec per kant op (gebruik de **rest van de wraps** voor een ander recept). Beleg de **wraps** met de **slaw** en de **kip**. Besprenkel met de **saus** en bestrooi met de **peterselie**. Serveer de **wraps** met de **limoenpartjes** om erover uit te knijpen.