



Pulled chicken sandwich

met pittige coleslaw en koriander



20-30min



2 personen

Als je al langer met ons kookt, weet je dat we dol zijn op een goede sandwich als avondmaaltijd. Dit broodje pulled kip zit bomvol smaak. Omdat je de kip na het garen uit elkaar trekt, ontstaat er een structuur die de smaken van de teriyaki en sriracha extra goed opneemt. Ook de coleslaw krijgt trouwens een lekkere kick, want daar verwerk je ook sriracha in.

Wat je van ons krijgt

- 1 kipfilet
- 1x babyromanasla
- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 10g verse koriander
- 1 rode kool
- 1 zakje mayonaise ^{3,10}
- 1 zakje sriracha
- 2 baguettes ¹
- 1 zakje teriyakisaus ^{1,6}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- zeef

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

Kooktip

Maak van de overige rode kool een snelle koolsalade. Snijd de kool in reepjes, meng met wat olijfolie, azijn, zout en peper en laat het 15 minuten staan.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 727kcal, vet 20.3g, koolhydraten 85.0g, eiwit 45.0g



1. Vlees garen

Verwarm de oven voor tot 220°C (200°C hetelucht). Kook genoeg zout water voor de **kip** in een middelgrote kookpan. Dep het **vlees** droog en snijd het in **2 platte filets**. Voeg toe zodra het water kookt en pocheer de **kip** 10-12min. Schep dan uit de pan of giet af.



4. Broodjes afbakken

Leg de **broodjes** op een bakplaat met bakpapier en bak ze in 5-6min af in de oven.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pluk de **slablaadjes** en snijd de **bosui** in schuine ringen. Pel en hak de **knoflook** fijn. Hak de **koriander** grof.



5. Pulled kip maken

Trek de **kip** uit elkaar met 2 vorken. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **knoflook** ca. 30sec. Voeg de **kip**, **teriyaki** en de **rest van de sriracha** toe en bak 2-3min. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen.



3. Coleslaw maken

Snijd de **helft van de kool** in reepjes, gebruik de **rest** voor een ander recept. Meng de **koolreepjes** met de **bosui**, **2/3e van de koriander**, de **mayonaise**, de **helft van de sriracha**, 1-2el azijn en een snuf zout en peper.



6. Broodjes beleggen

Snijd de **broodjes** open en beleg ze met de **sla**, **coleslaw** en de **pulled kip**. Bestrooi met de **rest van de koriander** en serveer de **rest van de coleslaw** erbij.