



Italiaanse kippenbouten uit de oven

met gnocchi en venkel-tomatensaus



ca. 45min



2 personen

Wij zijn dol op gerechten waarbij de oven al het werk doet. Vandaag schuif je de kippenbouten en de gnocchi erin en terwijl die roosteren, hoef jij alleen nog maar wat basilicum te hakken en kaas te raspen. Makkelijker kunnen we het niet voor je maken!

Wat je van ons krijgt

- 1 venkel
- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 2 kippenbouten
- 1 zakje Italiaanse kruidenmix
- 1 pakje tomatensaus met basilicum
- 500g gnocchi ¹
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}
- 10g verse basilicum

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven met heteluchtfunctie
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote ovenschaal
- keukenrasp

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). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1010kcal, vet 45.2g, koolhydraten 97.3g, eiwit 55.5g



1. Groenten snijden

Verwarm de heteluchtoven voor op 240°C. Snijd de **venkel** in de lengte doormidden en dan in dunne plakken. Pel en snijd de **ui** in smalle partjes. Pel en snijd de **knoflook** in plakjes.



2. Kip kruiden

Dep de **kip** droog en wrijf het **vlees** in met 1el olijfolie, de **Italiaanse kruidenmix** en een snuf zout en peper.



3. Kip en groenten garen

Doe de **venkel**, **ui** en **knoflook** in een middelgrote ovenschaal en meng met de **tomatensaus** en een snuf zout en peper. Leg de **kippenbouten** met het **vel** naar boven op de **groenten** en rooster het geheel ca. 15min in de oven. Keer de **kip** om, rooster ca. 10min en keer de **kip** nog een keer om. Rooster nog 5-10min, tot de **kip** goudbruin en knapperig is.



4. Gnocchi roosteren

Verdeel de **gnocchi** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie en een snuf zout en peper. Schuif de bakplaat onder het rooster met de **kip** en bak de **gnocchi** in ca. 20min gaar en goudbruin. Schep halverwege een keer om.



5. Kaas raspen

Rasp de **kaas** fijn.



6. Gnocchi afmaken

Hak de **basilicum incl. steeltjes** fijn. Neem de **gnocchi** uit de oven en verdeel de **basilicum** en de **kaas** erover. Proef of je nog zout en peper aan de **groenten** wil toevoegen en serveer de **kippenbouten** bovenop de **groenten** en **gnocchi**.