



Gevulde zoete aardappels met BBQ-kip

met coleslaw en tomatensalsa



30-40min



2 personen

Aardappels poffen is eenvoudiger dan je denkt. En veelzijdig ook, want naast alle manieren waarop je ze kunt vullen, kun je ook alle kanten op met de kooktechniek. Zo kun je een aardappel poffen op de barbecue, in de oven en zelfs in de magnetron. Vandaag pof je jouw aardappels gewoon in de oven (of op de barbecue bij lekker weer!) en je vult ze met pulled kip, uienpickle en rodekoolsla.

Wat je van ons krijgt

- 2 zoete aardappels
- 1 kipfilet
- 2 zakjes BBQ-saus ^{9,10}
- 1 rode ui
- 1 limoen
- 1 tomaat
- 10g verse koriander
- 1 wortel
- 1x rodekoolreepjes

Wat je thuis nodig hebt

- mayonaise ³
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- 2 bakplaten met bakpapier
- keukenrasp

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

Allergenen

eieren (3), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 530kcal, vet 16.1g, koolhydraten 56.8g, eiwit 33.2g



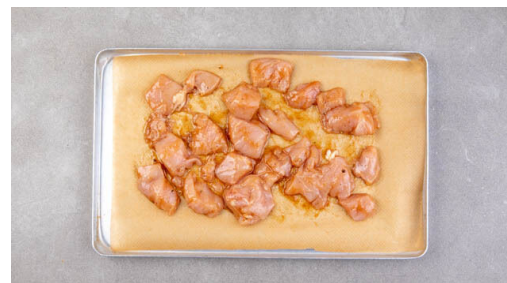
1. Aardappels poffen

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **zoete aardappels** in de lengte doormidden en prik de **schil** rondom in met een vork. Leg de **aardappels** met het snijvlak omlaag op een bakplaat met bakpapier en besprenkel ze met 1 el olijfolie. Rooster 30-35min in de oven.



4. Salsa maken

Snijd de **tomaat** in hele kleine blokjes. Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn. Hak **rest van de ui** fijn en meng met de **tomaat, koriander** en de **rest van het limoensap**. Breng de **salsa** op smaak met zout en peper.



2. Kip bakken

Dep de **kip** droog en snijd het **vlees** in blokjes. Meng met de **helft van de BBQ-saus**, 1tl olijfolie en een snuf zout en peper. Verdeel de **kip** over een 2e bakplaat met bakpapier en bak 15-20min mee in de oven, onder de bakplaat met de **aardappels**.



5. Coleslaw maken

Schil of schrob de **wortel** en rasp 'm grof. Meng met de **rodekoolreepjes** en **1el uienpicklewater**. Knead ca. 1min stevig, tot de **kool** zachter is. Meng met 1el mayonaise en nog **1el uienpicklewater**.



3. Ui inleggen

Halveer en pel de **ui**. Snijd **1 helft** in dunne reepjes. Pers de **limoen** uit. Meng de **ui** met de **helft van het limoensap**, 2el azijn, 1tl suiker en een flinke snuf zout. Zet opzij.



6. Afmaken & serveren

Trek de **kip** uit elkaar met twee vorken en meng met de **rest van de BBQ-saus**. Schep de **ingelegde ui** door de coleslaw. Roer het **kruim** van de **aardappels** iets los met een vork en vul de **aardappels** met de **kip** en wat **salsa**. Serveer met de **coleslaw** en de **rest van de salsa**.