



Pittige sambalkippenbouten

met bulgur, peer en komkommersalade



ca. 40min



2 personen

Van alle sambals is sambal oelek toch wel de populairste. De meeste mensen hebben standaard een potje in de kast staan. Oelek verwijst naar de stamper waarmee de pepers worden fijngestampt in de vijzel. Omdat sambal oelek niet gebakken wordt, blijft het lekker pittig. In dit gerecht verzacht je de pittigheid met de zoete smaken van peer en rozijnen en een frisse komkommersalade.

Wat je van ons krijgt

- 150g bulgur ¹
- 2 kippenbouten
- 25ml sambal oelek
- 1 zakje ras el hanout
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 peer
- 1 bosui
- 10g verse peterselie
- 1 zakje rozijnen ¹²
- 1 komkommer
- 25g gerookte amandelen ¹⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- middelgrote kookpan met deksel
- maatbeker
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 937kcal, vet 46.1g, koolhydraten 81.1g, eiwit 50.0g



1. Kip kruiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Breng 600ml water voor de **bulgur** aan de kook in een middelgrote kookpan. Dep de **kippenbouten** droog en wrijf ze in met de **sambal oelek** en een flinke snuf zout.



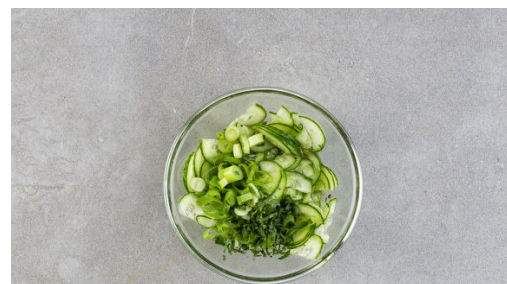
4. Peer snijden

Verwijder het klokhuis en snijd de **peer** in hele kleine blokjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Hak de **peterselie incl. steeltjes** en de **rozijnen** fijn.



2. Kip bakken

Leg de **kippenbouten** in een ovenschaal en braad ze in 30-40min gaar en goudbruin in de oven. Keer elke 10min om en giet ca. 5min voor het einde 50ml water in de ovenschaal.



5. Salade maken

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Klop een **dressing** van 1-2el olijfolie, 1-2tl azijn en een snuf zout, peper en suiker. Meng de **dressing** met de **komkommer**. Laat ca. 5min staan en voeg de **helft van de bosui** en **1/4 van de peterselie** toe. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen.



3. Bulgur koken

Voeg de **bulgur** met het **bouillonpoeder** en **3/4e van de ras el hanout** aan het kokende water toe en roer door. Breng opnieuw aan de kook, draai het vuur middellaag en doe een deksel op de pan. Kook de **bulgur** in 8-10min gaar. Giet zo nodig af in een zeef.



6. Bulgur afmaken

Schep de **peer** en de **rest van de peterselie** door de **bulgur** en breng op smaak met de **rest van de ras el hanout** en peper en zout. Serveer de **bulgursalade** met de **kip** en de **komkommersalade**. Roer de **rozijnen** door het **achtergebleven braadsap** en lepel dit over de **kip**. Bestrooi met de **rest van de bosui** en de **amandelen**.