



Aziatische kipburger met ovenfriet

met groentelinten en bosui



30-40min



2 personen

Malse kipfilet, knapperige salade en goudbruine ovenfrietjes. Een kipburger is altijd een goed idee, zeker als 'ie een Aziatisch tintje heeft zoals deze. De currykruiden, gemberdip en bosui geven deze burger z'n unieke smaak.

Wat je van ons krijgt

- 1 netje vastkokende aardappels
- 1 wortel
- 1 courgette
- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje curry-madraskruiden ¹⁰
- 1 kipfilet
- 2 burgerbroodjes met sesam ^{1,7,11,13}

Wat je thuis nodig hebt

- mayonaise ³
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- dunschiller
- 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), mosterd (10), sesamzaad (11), lupine (13). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 773kcal, vet 27.4g, koolhydraten 83.4g, eiwit 43.0g



1. Friet bakken

Verwarm de oven voor op 230°C (210°C hetelucht). Snijd de **aardappels incl schil** in dunne frietjes. Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olie en een flinke snuf zout en peper. Rooster 25-30min in de oven, tot de **frietjes** goudbruin en gaar zijn.



2. Salade voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** en schaaf er met een dunschiller lange linten van. Doe hetzelfde met de **courgette**. Snijd de **bosui** in schuine ringen, pel en hak de **knoflook** fijn.



3. Dip maken

Schil en rasp de **gember** fijn. Meng **1tl curry-madraskruiden** met 2el mayonaise en **gember naar smaak**. Breng de **dip** op smaak met zout en peper en zet opzij. Meng de **wortel, courgette** en **bosui** met 1el olie, 2el azijn en 1/2tl suiker.



4. Kip kruiden

Dep de **kipfilet** droog en snijd 'm in **twee platte filets**. Schep de **kip** om met de **rest van de curry-madraskruiden**, de **knoflook** en 1el olie.



5. Kip braden

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en braad de **kip** in 3-5min per kant gaar en goudbruin. Neem uit de pan, bestrooi met zout en peper en houd warm. Warm ondertussen de **broodjes** in 3-5min op in de oven.



6. Burgers bouwen

Snijd de **broodjes** open en bestrijk ze met de **dipsaus**. Beleg met de **kip** en de **groentelinten**. Serveer de **burgers** met de **frietjes** en de **rest van de salade**.