

DINNERLY



Pulled chicken burger met BBQ-saus met gebakken aardappel en bietensalade



40-50min



2 personen

Van burgers krijgen we nooit genoeg, al helemaal niet als ze met pulled chicken belegd worden. Voor dit gerecht trek je de kip na het garen uit elkaar, zodat er een structuur ontstaat die de smaak van de BBQ-saus extra goed opneemt. En om je bord wat kleur te geven serveer je er een salade van rode biet en appel bij. Mmm!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 netje kruimige aardappels
- 1 kipfilet
- 1 rode biet
- 1 appel
- 2 zakjes BBQ-saus ^{9,10}
- 2 briochebroodjes ^{1,3,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el mayonaise ³
- 1el tomatenketchup
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- dunschiller
- keukenrasp

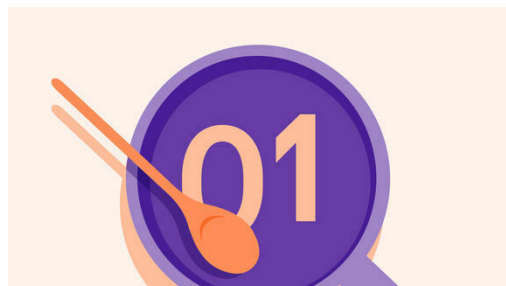
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

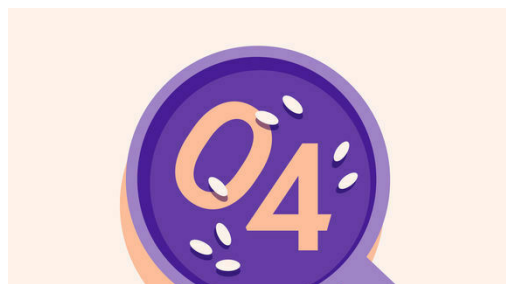
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 769kcal, vet 24.5g, koolhydraten 96.5g, eiwit 40.5g



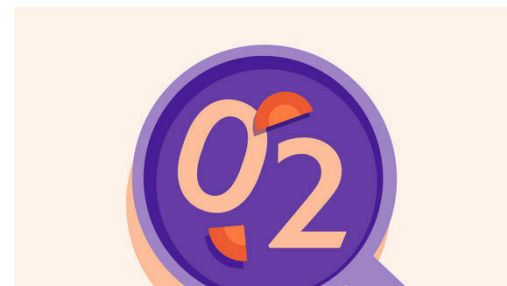
1. Aardappels bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **aardappels mét schil** in partjes, meng ze met 1el olijfolie en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Bak ze in 25-30min goudbruin en gaar. Draai ze halverwege om. Zet de oven uit, zet de ovendeur op een kier en laat de **aardappels** nog 5min liggen. Daardoor worden ze knapperiger.



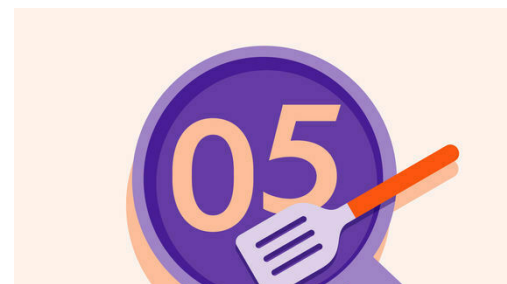
4. Pulled chicken maken

Trek het **vlees** met twee vorken uit elkaar in kleine stukjes. Meng met de **BBQ-saus** en 1el ketchup en breng op smaak met peper en zout.



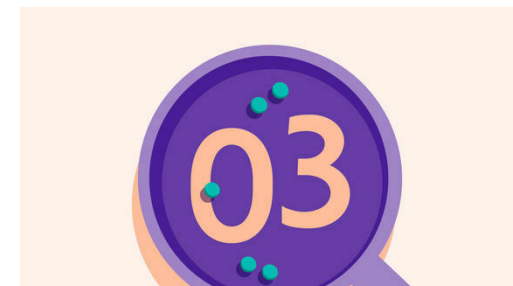
2. Vlees garen

Dep het **vlees** droog met keukenpapier, doe het in een middelgrote kookpan en bedek met water. Breng het water op hoog vuur aan de kook, zet het vuur dan laag en laat het **vlees** 10-12min sudderen, tot het gaar is. Haal het uit de pan en laat afkoelen.



5. Afmaken en serveren

Snij de **broodjes** open en bak ze in de oven in 2-3min knapperig. Kruid de **aardappelpartjes** met zout. Beleg de **broodjes** met de **BBQ-kip** en de **salade**. Serveer met de **aardappelpartjes** en de **rest van de salade**.



3. Salade maken

Maak een **dressing** van 2el mayonaise, 1el azijn, 1tl suiker en 1/2tl zout. Schil de **rode biet** en de **appel**, rasp ze grof en druk het vocht er boven de wasbak uit (zie tip in stap 6). Meng de **rode biet** en **appel** met de **dressing**.



6. Iets te kleurrijk?

De kleur van rode biet is prachtig op je bord, maar iets minder mooi op je handen of kleding. Om na het schillen, raspen en uitdrukken van de rode biet niet helemaal paars-rood gekleurd te zijn is het aan te raden keukenhandschoenen en evt. een schort te dragen.