

DINNERLY



Kippenvleugels in zoete chilimarinade met sushirijst en coleslaw



ca. 35min



2 personen

Wat maakt kippenvleugels eigenlijk zo lekker? Wij denken dat het komt omdat je ze zo goed kunt marinieren. Vandaag doen we dat met een overheerlijke zoete chilisaus. Je wentelt ze door de kleverige saus, bakt ze in de oven en eet ze vervolgens lekker met je handen. En met zachte sushirijst en een frisse coleslaw met sojadressing is je gerecht compleet. Daar kun je letterlijk je vingers bij aflikken!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 50ml zoete chilisaus
- 4 kippenvleugels
- 200g sushirijst
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 Chinese kool
- 1 wortel

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el tomatenketchup
- 3el mayonaise ³
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 878kcal, vet 34.3g, koolhydraten 110.8g, eiwit 32.9g



1. Vlees marineren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Maak een **marinade** van de **zoete chilisaus**, 1el plantaardige olie, 2el tomatenketchup en een flinke snuf peper en zout. Dep het **vlees** droog met keukenpapier, meng het goed met de **marinade** en zet opzij.



2. Rijst koken

Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Zet het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



3. Vlees bakken

Leg het **vlees** op een bakplaat met bakpapier. Bak het ca. 25min in de oven, tot het goudbruin en gaar is. Draai het **vlees** halverwege om, zodat het gelijkmatig bruin wordt.



4. Coleslaw maken

Maak een **dressing** van de **sojasaus**, 3el mayonaise en 1el azijn. Snij de **helft van de kool** in dunne repen van ca. 0,5cm breed. (De **rest van de kool** kun je voor een ander recept bewaren). Schrob of schil de **wortel** en rasp 'm grof.



5. Afmaken en serveren

Meng de **kool** en **wortel** met de **dressing**. Schep het **vlees**, de **rijst** en de **coleslaw** op borden en serveer.



6. Knapperige coleslaw

De dressing met sojasaus geeft onze coleslaw een fijne zoute noot die goed past bij de smaak van kool en wortel. Wil je je coleslaw nog specialer maken? Voeg dan een handje knapperige pinda's toe.