



Israëlische sandwich met kipschnitzel

met tahinsaus en gebakken aardappels



30-40min



2 personen

Tel Aviv is een waar paradijs voor culi's. Chef Elizabeth bezocht de stad en kwam terug met een berg nieuwe ideeën. Resultaat is deze sandwich, geïnspireerd op de streetfoodcultuur van Tel Aviv. Je serveert 'm met veel groenten en een heerlijke tahindressing.

Wat je van ons krijgt

- 1 netje kruimige aardappels
- 1 minikomkommer
- 1 tomaat
- 1 bosui
- 1 rode biet
- 1 kipfilet
- 50g paneermeel ¹
- 1 pak pita's ¹
- 1 citroen
- 25g tahin ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- mayonaise ³
- bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- vershoudfolie
- dunschiller
- maatbeker
- keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), sesamzaad (11).
Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1073kcal, vet 46.1g,
koolhydraten 113.5g, eiwit 48.4g



1. Aardappels bakken

Verwarm de oven voor op 210°C (190°C hetelucht). Snijd de **aardappels incl. schil** in partjes en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Hussel om met 1el olie, 1/2tl zout en een snuf peper en rooster ze in 25-27min goudbruin en gaar in de oven.



4. Schnitzel bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met een laag plantaardige olie van ca. 0,5cm. Voeg de **schnitzels** toe zodra de olie goed heet is en bak ze in 2-3min per kant goudbruin en gaar. Draai het vuur lager als de **paneerlaag** te snel donker wordt. Laat de **schnitzels** uitlekken op wat keukenpapier en bestrooi ze met een snuf zout.



2. Groenten snijden

Snijd de **komkommer** in dunne plakjes en meng ze met 2el (witte) azijn, 1tl suiker en een flinke snuf zout en peper. Zet apart tot het serveren. Snijd de **tomaat** in plakjes en de **bosui** in dunne ringen. Schil de **rode biet** en rasp 'm grof. Hij geeft af, dus draag evt. keukenhandschoenen.



5. Pita's opwarmen

Bedruppel **2 pita's** met wat water en rooster ze 4-5min in de oven. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Meng de **tahin** met de **citroenrasp**, **1-2el citroensap**, 2el mayonaise, 2-3el water en een flinke snuf zout. Roer goed, tot er een **gladde saus** ontstaat.



3. Kip paneren

Dep de **kipfilet** droog en snijd 'm in **2 platte filets**. Dek af met vershoudfolie en sla de **kip** plat met de bodem van een zware koekenpan. Strooi 2-3el bloem in een diep bord en meng met 50ml water en een snuf zout. Strooi het **paneermeel** op een 2e bord. Haal de **kip** eerst door het **beslag** en dan door het **paneermeel**.



6. Pita's vullen

Giet de **komkommer** af. Snijd de **pita's** open en bestrijk ze met wat **saus**. Beleg met de **schnitzel**, **tomaat**, **rode biet**, **komkommer** en **bosui**. Serveer met de **aardappels** en de **rest van de saus**.