



Pittige kipkluijfjes uit de oven

met salade en blauwekaasdressing



30-40min



2 personen

Voor dit heerlijke koolhydraatarme recept liet chef Natalie zich inspireren door de Amerikaanse buffalo wings. Die kipkluijfjes worden stevast geserveerd met een heerlijk zoetpittige marinade, die wij met gochujang maken. En ook de combinatie met blauwe kaas (en blauwekaasdressing!) is klassiek Amerikaans. En geloof ons: het werkt!

Wat je van ons krijgt

- 1x kipkluijjes
- 1 citroen
- 1 teen knoflook
- 1 stuk blauwe kaas ⁷
- 1x Koreaanse chilipasta ^{1,6}
- 1 wortel
- 1 tomaat
- 100g babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- mayonaise ³
- honing
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan
- staafmixer met beker
- 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), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

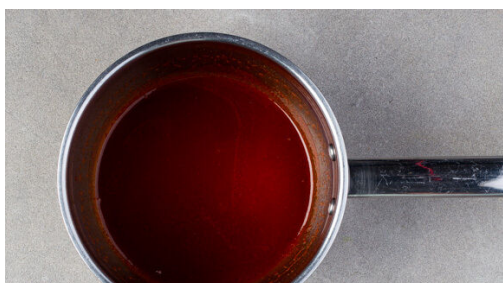
Voedingswaarde per portie

calorieën 559kcal, vet 35.9g, koolhydraten 19.6g, eiwit 39.5g



1. Kip roosteren

Verwarm de oven voor op 230°C (210°C hetelucht). Dep de **kipkluijjes** droog en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Meng met 1el olijfolie en een flinke snuf zout en peper en rooster de **kip** in 25-35min goudbruin en gaar.



4. Saus inkoken

Doe de **chilipasta**, de **knoflook** en **1el citroensap** in een kleine kookpan en voeg 1tl honing en 75ml water toe. Breng het geheel aan de kook en draai dan het vuur laag. Laat 7-8min zachtjes pruttelen, tot de **saus** ingedikt is. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen.



2. Ingrediënten voorbereiden

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn.



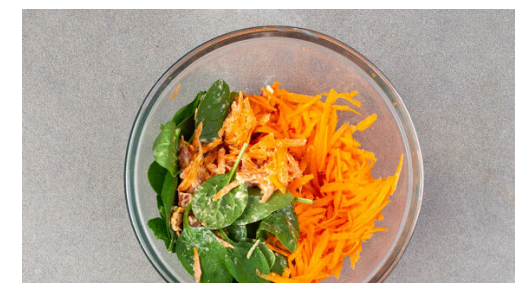
5. Salade voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** en rasp 'm grof. Snijd de **tomaat** in kleine blokjes.



3. Dressing pureren

Doe de **helft van de blauwe kaas** in een hoge (maat)beker met **1/2tl citroenrasp**, **2el citroensap**, 1el mayonaise en 1el water. Pureer glad en proef of je nog zout en peper aan de **dressing** wil toevoegen.



6. Salade afmaken

Schep de **kipkluijjes** om met de **saus**, tot ze rondom bedekt zijn. Meng de **babyspinazie** met de **wortel**, de **tomaat** en de **dressing** en verkruiemel de **rest van de blauwe kaas** erover. Serveer de **salade** met de **kipkluijjes**.