



## Tajine met kipvleugels

met zoete aardappels en verse kruiden



40-50min



2 personen

Samen eten smaakt gewoon beter! En dat weten ze in Marokko ook. En hier staat - net als daar - een aromatische tajine met malse kipvleugels, heerlijke zoete aardappels en verse kruiden garant voor een geslaagd diner. Geniet ervan!



### Wat je van ons krijgt

- 4 kippenvleugels
- 10g groentebouillonpoeder
- 2 zoete aardappels
- 2 wortels
- 2 tomaten
- 10g verse kruidenmix: koriander en platte peterselie
- 1 rode chilipeper
- 1 zakje ras el hanout

### Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

### Kookgerei

- grote koekenpan met deksel
- dunschiller
- maatbeker

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

### Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

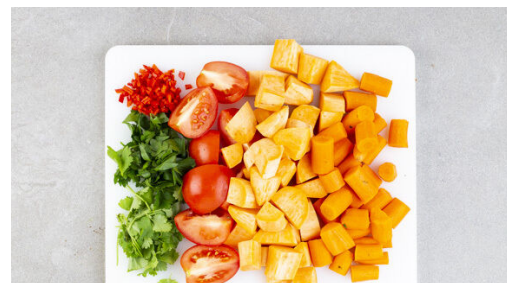
### Voedingswaarde per portie

calorieën 618kcal, vet 32.9g, koolhydraten 50.4g, eiwit 26.6g



#### 1. Kip kruiden

Dep de **kipvleugels** droog en schep ze om met 1el olijfolie en een snuf zout en peper. Los de **helft van het bouillonpoeder of meer naar smaak** op in 125ml heet water.



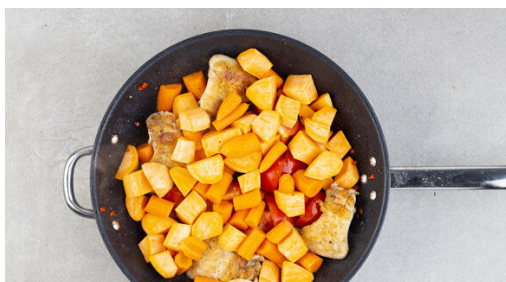
#### 2. Groenten snijden

Schil en snijd de **zoete aardappel** in blokjes. Schil of schrob de **wortels** en snijd ze ook in blokjes. Snijd de **tomaten** in vieren. Hak de **peterselie en koriander incl. steeltjes** fijn. Verwijder de zaadlijsten as je niet van pittig houdt en snijd de **chilipeper** in reepjes.



#### 3. Kip braden

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en braad de **kipvleugels** in 3-4min per kant goudbruin aan. Voeg evt. 1el olijfolie toe, als de pan te droog is.



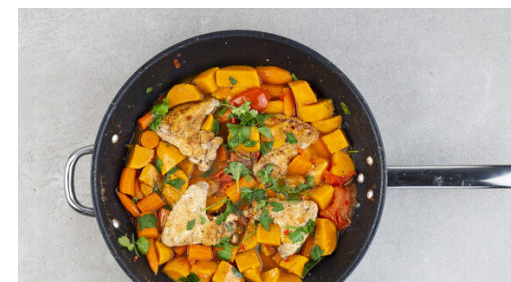
#### 4. Groenten toevoegen

Schuif de **kip** naar de rand van de pan en voeg de **tomaat**, de **helft van de verse kruiden** en de **chilipeper** toe. Verdeel de **zoete aardappel** en de **wortel** erover.



#### 5. Tajine garen

Strooi de **ras el hanout** over de **groenten** en schenk de **bouillon** in de pan. Breng het geheel aan de kook, draai het vuur laag en doe een deksel op de pan. Stoof 25-30min, tot de **kip** en de **groenten** gaar zijn.



#### 6. Tajine afmaken

Haal de deksel van de pan, proef of je nog zout en peper wil toevoegen en draai het vuur hoog. Kook nog 2-3min, tot de vloeistof wat is verdampt. Bestrooi de **tajine** met de **rest van de verse kruiden** en serveer.