



Nachos met kipdijfilet en rode kool

met courgette, limoen en harissadip



ca. 25min



2 personen

Wie zegt er nu nee tegen een grote bak nachos als avondeten? Niemand toch? Daarom maakten we een versie met het gevoel van comfortfood, maar nog steeds met genoeg groenten om er een volwaardige avondmaaltijd van te maken.

Wat je van ons krijgt

- 1 limoen
- 200g rodekoolreepjes
- 1 courgette
- 2 kippenfilets
- 1 teen knoflook
- 1 zakje harissakruiden
- 1x tortillachips
- 100g pizzakaas⁷
- 1 kuipje crème fraîche⁷

Wat je thuis nodig hebt

- 1tl honing
- 1tl mosterd¹⁰
- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- grote koekenpan
- keukenrasp

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

Allergenen

melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

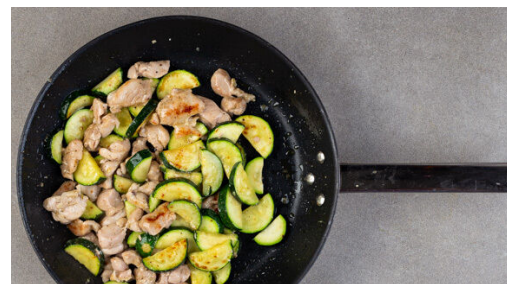
Voedingswaarde per portie

calorieën 1025kcal, vet 73.4g, koolhydraten 53.9g, eiwit 35.5g



1. Rode kool kneden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Meng de **rasp** en het **sap** met een flinke snuf zout en suiker en voeg toe aan de **rodekoolreepjes**. Kneed stevig tot de **kool** zachter is.



2. Kip en courgette bakken

Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Dep de **kipdijfilets** droog en snijd ze in reepjes. Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie en voeg de **kip** en **courgette** toe. Bestrooi met 1/2tl zout en bak alles in ca. 6min rondom goudbruin en gaar.



3. Knoflook toevoegen

Pel en hak de **knoflook** fijn. Draai het vuur onder de koekenpan helemaal laag, voeg de **knoflook** en de **helft van de harissakruiden** toe en bak ca. 30sec. Neem de pan van het vuur.



4. Nachos bakken

Vet een kleine ovenschaal in met 1tl plantaardige olie. Voeg **1/3e van de tortillachips** toe en verdeel **1/3e van het kippengsel** en **1/3e van de kaas** erover. Herhaal deze stap twee keer. Bak de **nachos** 4-5min in de oven, tot de **kaas** gesmolten is.



5. Harissadip maken

Roer de **crème fraîche** los met de **rest van de harissakruiden**, 1,5tl honing, 1tl mosterd, 1/2tl azijn, 3el water en een flinke snuf zout.



6. Afmaken & serveren

Serveer de **nachos** met de **rode kool** en de **harissadip**.