



## Taco's met gefrituurde kip

met pico de gallo en frisse salade



ca. 45min



2 personen

Wat ons betreft is het elke dag Taco Tuesday! Zeker als de taco's zo ontzettend lekker zijn als de kunstwerkjes die je vandaag op je bord aantreft: kip gepaneerd in Mexicaans gekruid beslag en dan krokant gefrituurd - wat is er nou lekkerder dan dat? De pico de gallo, oftewel tomatensalsa en salade met wortel en paprika maken het helemaal af.

## Wat je van ons krijgt

- 1 tomaat
- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 1 limoen
- 10g verse koriander
- 1 gele paprika
- 1 wortel
- 1 zakje komijnpoeder
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 3 kippendijfilets
- 50g panko <sup>1</sup>
- 1x kleine tortilla's <sup>1</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- 55g bloem <sup>1</sup>
- 1el mayonaise <sup>3</sup>
- peper en zout
- 40ml plantaardige olie

## Kookgerei

- 2 middelgrote koekenpannen
- keukenweegschaal
- maatbeker
- keukenrasp

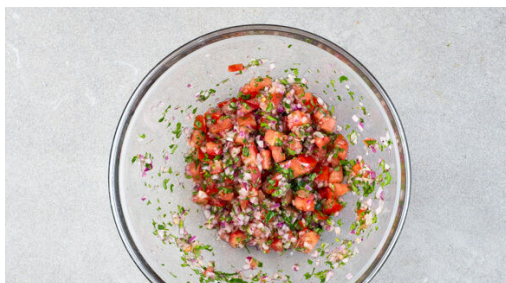
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

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

### Voedingswaarde per portie

calorieën 1108kcal, vet 55.8g, koolhydraten 114.5g, eiwit 41.3g



### 1. Pico de gallo maken

Halveer de **tomaat**, verwijder de harde kern en snijd in heel kleine blokjes. Pel en snijd de **ui** en **knoflook** ook heel klein. Rasp de **limoenschil** en pers het **sap** uit. Snijd de **koriander mét steeltjes** fijn. Hussel de **tomaat**, de **ui**, de **helft van de knoflook**, de **helft van het limoensap** en **3/4e van de koriander** door elkaar. Kruid met een snuf peper en zout.



### 2. Salade maken

Snijdt de **paprika** in vieren, verwijder de zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in blokjes van 1-2cm. Schil of schrob de **wortel** en rasp deze grof. Meng de **groenten** met de **limoenrasp**, de **rest van het sap**, **1/2tl komijn** en een snuf peper en zout. Proef of je meer **komijn**, peper en zout wil toevoegen.



### 3. Beslag maken

Roer de **kruidenmix** door 40g bloem, 50ml water en een flinke snuf peper en zout tot je een glad **beslag** hebt. Voeg nog wat water toe als het te dik wordt.



### 4. Kip paneren

Dep de **kip** droog en snijd in blokjes van ca. 2cm. Hussel deze om met 1el bloem en een snuf peper en zout. Strooi de **panko** in een diep bord. Haal de **kipstukjes** eerst door het **beslag** en rol ze dan in de **panko** tot ze rondom goed bedekt zijn.



### 5. Kip frituren

Giet plantaardige olie in een middelgrote koekenpan tot het ca. 1cm hoog staat. Verhit de olie op medium tot hoog vuur. Leg de **helft van de kipstukjes** in de hete olie en frituur in 3-4min goudbruin. Wentel de **kip** regelmatig en zet het vuur lager als de olie te heet wordt. Schep voorzichtig uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. Herhaal met de **rest van de kipstukjes**.



### 6. Wraps opwarmen

Roer de **rest van de knoflook** door 1el mayonaise en 1tl water. Verhit een 2e middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur. Verwarm de **tortilla's** achter elkaar ca. 15sec per kant. Besmeer de **tortilla's** met de **knoflookmayo**, beleg ze met de **kipstukjes** en de **salsa** en bestrooi met de **rest van de koriander**. Serveer de **taco's** met de **salade**.