



Gebraden cajunkippenbout

met lauwwarme aardappelsalade



40-50min



2 personen

Mals en sappig van binnen met een kruidig en knapperig velletje - zo hoort een gebraden kippenbout te smaken! Je maakt er een lauwwarme salade bij van aardappels, radijsjes, komkommer en verse peterselie.

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje vastkokende aardappels
- 2 kippenbouten
- 1 zakje cajunkruiden
- 1 minikomkommer
- 1 bosje radijsjes
- 1 ui
- 10g verse peterselie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- middelgrote kookpan
- dunschiller
- vergiet

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

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

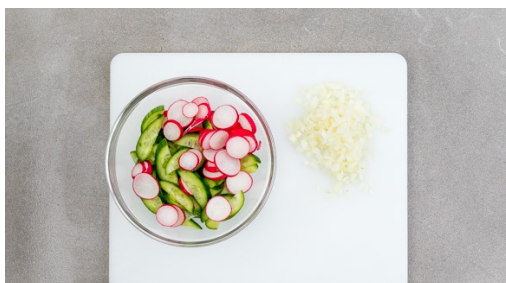
Voedingswaarde per portie

calorieën 814kcal, vet 48.1g, koolhydraten 52.4g, eiwit 40.6g



1. Aardappels koken

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Breng genoeg gezouten water voor de **aardappels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Schil en snijd de **aardappels** in schijfjes. Voeg ze toe aan het kokende water en kook ze in 10-15min beetgaar. Giet af, doe terug in de pan en houd afgedekt warm.



4. Ui snijden

Pel en hak de **ui** fijn. Voeg de **ui** met 1/2tl zout toe aan de **komkommer** en **radijs**, meng goed en laat ca. 10min staan. Als je niet van **rauwe ui** houdt, kun je de **ui** eerst even overgieten met gekookt water. Goed laten uitlekken voordat je het aan de rest van de **groenten** toevoegt.



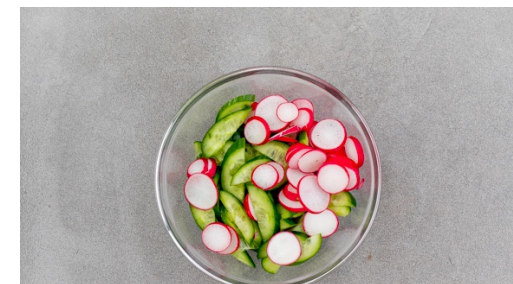
2. Kip braden

Dep de **kippenbouten** droog en wrijf ze in met 1el plantaardige olie, de **cajunkruiden** en een snuf zout. Leg het **vlees** in een ovenschaal en rooster in 35-40min goudbruin en gaar. Draai de **kip** af en toe om.



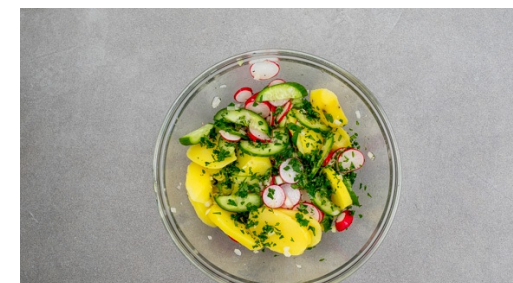
5. Peterselie hakken

Hak de **peterselie incl. steeltjes** fijn.



3. Groenten snijden

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Snijd de **radijsjes** ook in dunne plakjes en meng ze met de **komkommerplakjes**.



6. Aardappelsalade kruiden

Schep de **aardappels** en **peterselie** voorzichtig door de **komkommersalade**. Meng de **salade** met 2el plantaardige olie, 1el azijn en proef of je nog zout en peper wilt toevoegen. Serveer de **kippenbouten** met de **aardappelsalade**.