



Orange chicken

met broccoli en basmatirijst



20-30min



2 personen

Elk land heeft z'n eigen pseudo-Chinese klassiekers: variaties op "authentieke" gerechten waar ze in China nog nooit van hebben gehoord. Denk aan foe yong hai en babi pangang. In de VS is orange chicken zo'n gerecht: kip in zoetzure sinaasappelsaus met gember en rijst. Voor Marley Spoon ontwikkelde onze chef Natalie haar eigen versie van deze klassieker uit haar jeugd.

Wat je van ons krijgt

- 150g basmatirijst
- 1 broccoli
- 1 prei
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 onbehandelde sinaasappel
- 2 zakjes maizena
- 50ml sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje chilivlokken
- 1 kipfilet

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- kleine kookpan met deksel
- 2 grote koekenpannen
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 812kcal, vet 27.1g, koolhydraten 93.3g, eiwit 43.0g



1. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Draai het vuur laag, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



4. Groenten bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Roerbak de **broccoli, prei, knoflook** en de **gember** ca. 2min. Voeg de **rest van de sojasaus** en 2el water toe en laat 4-5min zachtjes koken op middelhoog vuur. Breng op smaak met zout en peper naar wens. Houd warm tot het serveren.



2. Groenten snijden

Snijd de **broccoli** in hapklare roosjes. Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in fijne reepjes. Pel de **knoflook**, schil de **helft van de gember** (of meer naar smaak) en hak of rasp **beide** fijn. Rasp **1tl sinaasappelschil** fijn en pers de **sinaasappel** uit.



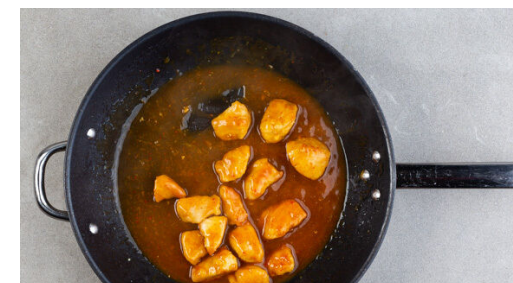
5. Kip braden

Dep de **kip** droog, snijd in stukjes van ca. 2cm en bestrooi ze met een flinke snuf zout en peper. Wentel de **kipstukjes** dan door de **rest van de maizena** tot ze volledig bedekt zijn. Verhit een 2e grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 2el plantaardige olie. Bak de **kipstukjes** in 5-6min rondom goudbruin en gaar.



3. Saus maken

Meng **2el sinaasappelsap** met **een half zakje maizena** goed door elkaar tot er geen klontjes meer zijn. Voeg de **rest van de sinaasappelsap, 1tl sinaasappelrasp, de helft van de sojasaus, 1-2tl suiker** en 3-4el water toe. Roer een snuf **chilivlokken** door de **sous** als je van pittig houdt.



6. Afmaken en serveren

Schenk de **sous** bij de **kip** en breng aan de kook. Schep om tot **alle kip** bedekt is met een laagje **sous**. Laat ca. 1min inkoken en serveer de **kip in sous** met de **rijst** en de **groenten**. Bestrooi evt. met de **rest van de chilivlokken**.