



Grieks kippetje uit de oven

met spinazie en citroenrisoni



ca. 50min



2 personen

Het lijkt op rijst, maar het is pasta: vandaag laat je de Italiaanse pastasoort risoni schitteren in een heerlijk ovengerecht. Het kippetje met Griekse kruiden en een groenteboeket van courgette en spinazie maken het het helemaal af. Bovendien heb je er bijna geen afwas aan. Smullen maar!

Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 1 teen knoflook
- 10g verse dille
- 1 onbehandelde citroen
- 200g babyspinazie
- 200g risoni¹
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 2 kippendijen met bot en vel
- 1 zakje Griekse kruidenmix

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- aluminiumfolie
- middelgrote kookpan
- knoflookpers
- maatbeker
- keukenrasp

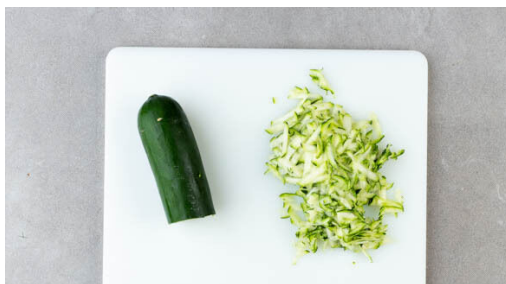
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 822kcal, vet 37.1g, koolhydraten 83.8g, eiwit 40.3g



1. Courgette raspen

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Breng 800ml water aan de kook in een middelgrote kookpan. Halveer de **courgette** overdwers en rasp **1 helft** grof met een keukenrasp.



4. Vlees toevoegen

Dep het **vlees** droog en wrijf rondom in met 1el olijfolie en de **kruidenmix**. Leg het **vlees** in de ovenschaal, bedek de schaal met aluminiumfolie en bak ca. 20min in de oven



2. Ingrediënten voorbereiden

Pel de **knoflook** en snijd heel fijn, of gebruik een knoflookpers. Hak de **dille incl. steeltjes** grof. Rasp de **citroenschil**. Halveer vervolgens de **citroen** en pers **1 helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



5. Courgette snijden

Halveer de **resterende courgette** in de lengte en snijd vervolgens in plakjes.



3. Ovenschaal voorbereiden

Doe de **spinazie, pasta, geraspte courgette, knoflook, citroensap** en de **helft van de dille** in het kokende water. Meng alles goed door elkaar en giet voorzichtig in een grote ovenschaal.



6. Courgette meebakken

Verwijder na ca. 20min de aluminiumfolie en verdeel de **courgetteplakjes** over de ovenschaal. Bedruppel met 1el olijfolie en kruid met een snuf zout. Schuif zonder aluminiumfolie terug in de oven en bak nog ca. 20min. Verdeel over de borden, garneer met de **rest van de dille** en de **citroenrasp** en serveer met de **citroenpartjes**.