



Kippenbouten met currykruiden

en Thaise salade met kokos-limoendressing



ca. 40min



2 personen

Krokant gebakken kippenbouten zijn al lekker, maar een goede marinade maakt ze nog lekkerder! In het recept van vandaag wrijf je de kippenbouten in met curry-madraskruiden en na het bakken serveer je ze met een frisse Thaise salade met wortel, komkommer en koriander in een romige pinda-sojadressing met kokos en limoen.

Wat je van ons krijgt

- 2 kippenbouten
- 1 zakje curry-madraskruiden ¹⁰
- 1 wortel
- 1 rode ui
- 50ml sojasaus ^{1,6}
- 1x babyromanasla
- 1 komkommer
- 10g verse koriander
- 1 zakje kokosrasp
- 1 onbehandelde limoen
- 1 zakje pindakaas ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- 2 bakplaten met bakpapier
- kleine koekenpan
- keukenrasp

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

Kooktip

Roer de overgebleven kokosrasp lekker door de yoghurt de volgende ochtend.

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 725kcal, vet 48.8g, koolhydraten 21.8g, eiwit 45.2g



1. Kip roosteren

Verwarm de oven voor op 250°C (230°C hetelucht). Maak een **marinade** van de **helft van het currypoeder**, 1el plantaardige olie en een flinke snuf zout. Dep de **kip** droog, snijd 2-3 keer in tot het bot en wrijf in met de **marinade**. Leg op een bakplaat met papier en rooster 35-50min onderin de oven. Dek af met aluminiumfolie als het vel te snel donker wordt.



4. Kokosrasp roosteren

Verhit een kleine koekenpan zonder olie en rooster de **helft van de kokosrasp** in 1-2min goudbruin. Let op, de **rasp** kan snel verbranden. Schep uit de pan en laat afkoelen.



2. Groenten roosteren

Schil of schrob de **wortel** en snijd in dunne schuine plakjes. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Meng de **wortel** en **ui** met **2el sojasaus** en verdeel ze over een 2e bakplaat met papier. Rooster 15-20min in de oven.



5. Dressing maken

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Meng de **pindakaas** met **1tl limoenrasp**, het **limoensap**, **1el sojasaus**, 1-2el water en de **kokosrasp**. Breng de **dressing** op smaak met 1el azijn, evt. meer **sojasaus** en een snuf suiker en peper.



3. Salade voorbereiden

Snijd de **sla** in de lengte doormidden en dan in brede repen, verwijder de harde onderkant. Snijd de **komkommer** in de lengte in vieren en in dunne reepjes. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof.



6. Afmaken en serveren

Meng de **geroosterde groenten** met de **sla**, **komkommer** en de **kokos-limoendressing**. Verdeel de **salade** en de **kippenbouten** over de borden en bestrooi met de **koriander**.