



Kroningskip in romige currysaus

met wortelrijst en tomaat-komkommersalade



ca. 25min



2 personen

Deze kroningskip, of "coronation chicken" is ontwikkeld in 1953, speciaal voor het kroningsbanket van koningin Elisabeth II. Inmiddels heeft het een retro-cultstatus gekregen in het Verenigd Koninkrijk en wij snappen wel waarom. De malse gepocheerde kip in romige abrikozen-currysaus is een echte allemansvriend. Meestal als beleg op een sandwich, maar vandaag met rijst.

Wat je van ons krijgt

- 1 wortel
- 1 teen knoflook
- 1 zakje komijnpoeder
- 150g basmatirijst
- 3 kipdijfilets
- 1 stukje verse gember
- 1 tomaat
- 1 komkommer
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 kuipje abrikozenchutney ¹⁰
- 1 zakje madraskruiden ¹⁰
- 25g gezouten cashewnoten ^{5,15}

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el mayonaise ³
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen
- waterkoker
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Kooktip

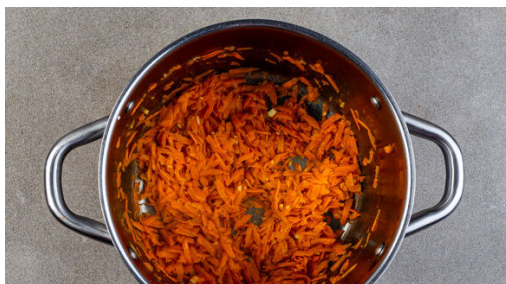
Zet het vuur zo laag dat het water maar heel zachtjes borrelt. Koken op hoog vuur maakt de kip taai.

Allergenen

eieren (3), pinda's (5), melk (7), mosterd (10), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

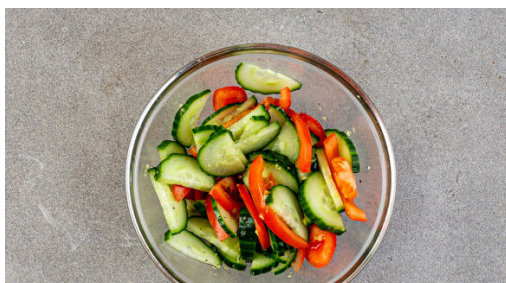
Voedingswaarde per portie

calorieën 1068kcal, vet 62.4g, koolhydraten 87.5g, eiwit 40.6g



1. Wortel bakken

Breng 375ml water aan de kook in een waterkoker. Schil of schrob de **wortel** en rasp 'm grof. Pel en hak de **knoflook** fijn. Verhit een middelgrote kookpan met 1 el plantaardige olie op middelhoog vuur. Bak de **wortel** en de **helft van de knoflook** ca. 2min en voeg de **helft van de komijn** toe.



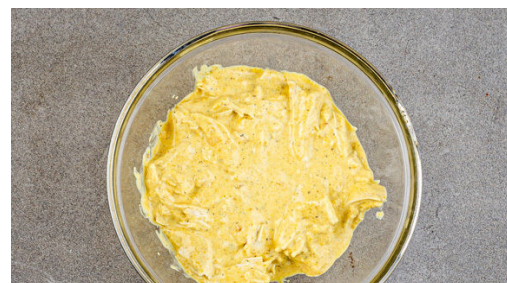
4. Salade maken

Schil en rasp de **gember** fijn. Snijd de **tomaat** in dunne partjes. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Meng 3el witte azijn met 1tl suiker en een flinke snuf peper en zout. Roer tot zout en suiker zijn opgelost en voeg de **tomaat, komkommer** en **¼ van de gember** (of meer naar smaak) toe.



2. Rijst koken

Spoel de **rijst** grondig in een zeef. Doe de **rijst**, het gekookte water en ½tl zout bij de **wortel** in de kookpan. Breng opnieuw aan de kook, doe een deksel op de pan en draai het vuur helemaal laag. Kook 10-12min, tot al het water is opgenomen en de **rijst** gaar is. Neem de pan van het vuur en laat afgedekt rusten.



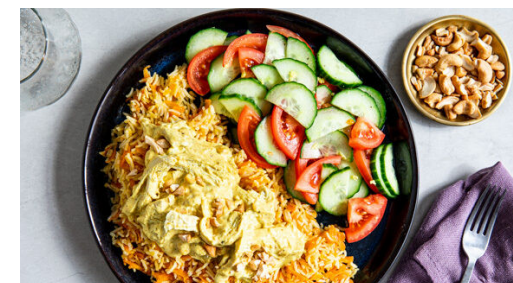
5. Saus maken

Meng de **crème fraîche** met de **abrikozenchutney**, de **madraskruiden**, 1el mayonaise, een flinke snuf zout en de **rest van de knoflook**.



3. Kip pocheren

Dep de **kipfilet** droog en doe 'm met 1el zout in een 2e middelgrote kookpan. Schenk er water bij tot de **kip** onderstaat en doe een deksel op de pan. Breng het geheel aan de kook, draai het vuur laag en laat 9-12min garen (**zie tip, links**). Neem de **kip** uit de pan en laat afkoelen op een stuk keukenpapier.



6. Afmaken & serveren

Hak de **cashewnoten** grof. Trek de **kipfilet** met twee vorken (of je vingers) uit elkaar en meng met de **abrikozensaus**. Serveer de **kip** met de **rijst** en de **tomaat-komkommersalade** en bestrooi met de **cashewnoten**.