



V2: piccata met bio-kip en broccolini

met romige aardappelpuree en salade



30-40min



2 personen

Piccata is een echte Italiaanse klassieker. Het gerecht bestaat uit mals vlees, door bloem gewenteld en goudbruin gebakken, en een heerlijke saus die van de braadsappen, kappertjes en citroen gemaakt wordt. Wij maken 'm met biologische kip en voegen romige aardappelpuree met crème fraîche, geroosterde broccolini en een frisse salade met cherrytomaatjes én gedroogde tomaten toe.

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 onbehandelde citroen
- 1 zakje kappertjes
- 1 teen knoflook
- 40g gedroogde tomaten
- 250g cherrytomaten
- 200g broccolini
- 2 biologische kipfilets
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 100g mesclun

Wat je thuis nodig hebt

- 1el boter ⁷
- 1½el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- aardappelstamp
- dunschiller
- maatbeker
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

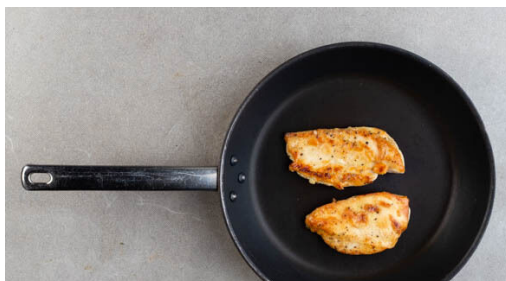
Voedingswaarde per portie

calorieën 1031kcal, vet 59.9g, koolhydraten 58.0g, eiwit 13.8g



1. Aardappels koken

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Schil de **aardappels** en snijd ze doormidden (de grotere in vieren). Doe ze in een middelgrote kookpan met ruim gezouten water en breng aan de kook. Kook de **aardappels** in 15-20min gaar. Giet af en doe weer terug in de pan.



4. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog, kruid ze aan beide kanten met een snuf peper en zout en wentel ze door 1el bloem. Verhit een grote koekenpan met 1el olijfolie op medium tot hoog vuur. Bak het **vlees** 1-2min per kant. Haal het uit de pan en zet opzij, maar laat de **braadsappen** in de pan.



2. Ingrediënten voorbereiden

Halveer de **citroen**, pers **1 helft** uit en snijd de **andere helft** in dunne plakken. Hak de **kappertjes** grof. Pel en hak de **knoflook** fijn. Snijd de **gedroogde tomaten** fijn en halveer de **cherrytomaten**.



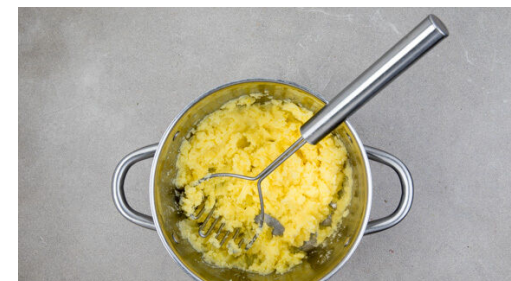
5. Saus en vlees garen

Voeg de **plakken citroen**, **kappertjes** en **knoflook** toe aan de pan met **braadsappen** en bak ca. 1min op middelhoog vuur. Roer er 1tl bloem door. Schenk er 200ml water met de **helft van het bouillonpoeder** bij, breng aan de kook en laat 2-3min zachtjes koken. Voeg het **vlees** toe en kook het in 3-4min gaar. Meng er 1el boter door en breng op smaak met **citroensap**, peper en zout.



3. Broccolini roosteren

Meng de **broccolini** op een bakplaat met bakpapier met 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Rooster 10-12min in de oven, tot de **broccolini** gaar en mooi bruin is.



6. Aardappels stampen

Stamp de **aardappels** met de **crème fraîche** tot een romige **puree** en breng op smaak met peper en zout. Klop een **dressing** van 2el olijfolie, 1el azijn en een snuf peper en zout en meng met de **sla**, **gedroogde tomaat** en **cherrytomaten**. Schep de **aardappelpuree**, **broccolini** en **piccata** op borden en serveer met de **salade**.