



BBQ-special V2: Malse biologische Tex-Mex kip

met "pico de gallo" aardappelsalade



30-40min



2 personen

In Duitsland wordt aardappelsalade vaak gecombineerd met een krokante schnitzel. Wij trekken dat concept flink uit elkaar: we behouden de aardappelsalade, maar geven hem een Mexicaanse twist door er "pico de gallo" bij te maken, een heerlijk mengsel van tomaat, ui, koriander en limoen. De schnitzel ruilen we in voor malse biologische kipfilet van de barbecue met een Tex-Mex kruidenolie. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje krieltjes
- 2 vleestomaten
- 1 rode ui
- 1 onbehandelde limoen
- 10g verse koriander
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 2 biologische kipfilets
- 50g rode babysnijbiet

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- barbecue of grillpan
- middelgrote kookpan
- bakkwast
- vergiet

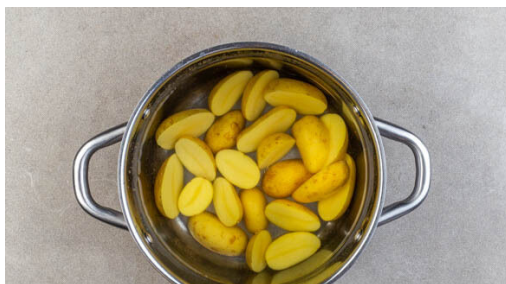
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

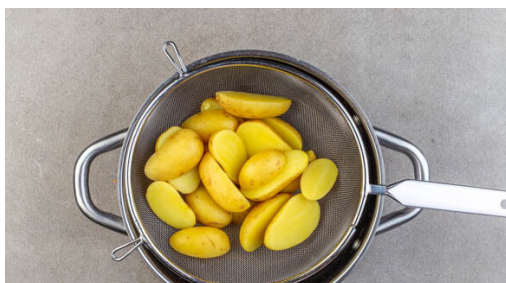
Voedingswaarde per portie

calorieën 789kcal, vet 40.9g,
koolhydraten 51.3g, eiwit 54.2g



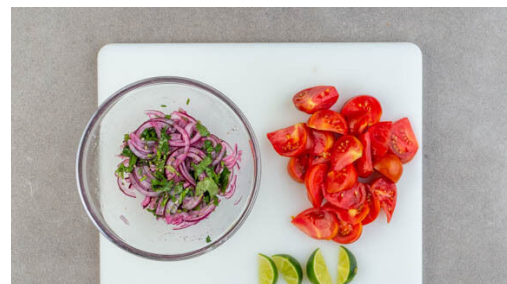
1. Aardappels koken

Verhit de BBQ zodat hij goed op temperatuur is voor het grillen straks. Breng een middelgrote kookpan met ruim gezouten water aan de kook voor de **aardappels**. Halveer de **aardappels mét schil** in de lengte, voeg toe aan het kokende water en kook in 12-14min beetgaar.



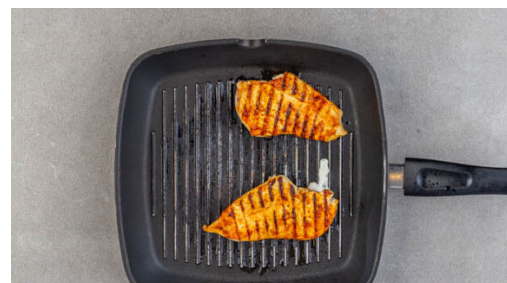
4. Aardappels afgieten

Giet de **aardappels** af in een vergiet en spoel af met koud water tot ze lauwwarm zijn.



2. Pico de gallo maken

Snijdt de **tomaten** in partjes. Pel en halveer de **ui** en snijd in dunne reepjes. Halveer de **limoen**. Snijd **1 helft** in partjes en pers de **andere helft** uit. Hak de **koriander mét steeltjes** fijn. Maak een **dressing** van de **ui**, de **koriander**, het **limoensap**, 2el plantaardige olie, een ½tl zout en een snuf peper.



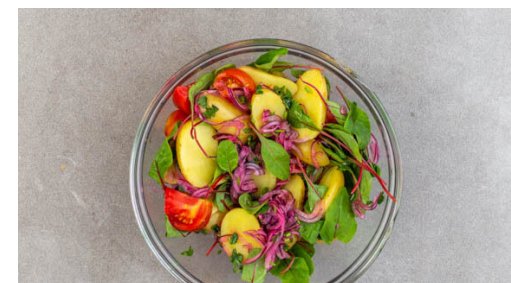
5. Vlees grillen

Gril het **vlees** 3-6min per kant op de BBQ en bestrijk regelmatig met de **kruidenolie**. Heb je alleen een grillpan? Verhit die dan op hoog vuur en wrijf het **vlees** in met 1el plantaardige olie. Bak 3-6min per kant en bestrijk regelmatig met de **kruidenolie**.



3. Kruidenolie maken

Meng de **kruidenmix** met 2el plantaardige olie, 1tl (wittewijn)azijn en een snuf zout. Dep het **vlees** droog en snijd horizontaal doormidden.



6. Afmaken en serveren

Meng de **aardappels** en **tomaat** met de **dressing** en schep de **babysnijbiet** erdoorheen. Serveer het **vlees** op de **salade** en geef de **limoenpartjes** erbij.