

DINNERLY



BBQ-Special: Madras-kipspiesjes met naanbrood, ingelegde groente en kokosdip



30-40min



2 personen

Met dit BBQ-recept brengen we een bezoekje aan de Indiase keuken: we kruiden malse stukjes kip en verse paprika met madraskruiden, maken er spiesjes van en grillen ze samen met het naanbrood op de barbecue. Als tegenhanger voor de licht pittige spiesjes serveer je er frizure ingemaakte groente en een romige kokosdip bij.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 2 tomaten
- 1 paprika
- 3 kippendijfilets
- 1 zakje madraskruiden ¹⁰
- 1 zakje kokosrasp
- 2 naan met knoflook & koriander ^{1,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 3el mayonaise ³
- 105ml azijn
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

KOOKGEREI

- barbecue of grillpan
- 6 satéprikkers
- kleine kookpan
- kleine koekenpan
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 1093kcal, vet 64.8g, koolhydraten 84.2g, eiwit 41.6g



1. Groente inleggen

Steek de barbecue aan (zie ook **stap 4**). Week 4-6 satéprikkers in koud water. Breng in een kleine kookpan 100ml water, 100ml azijn, 1tl suiker en een ½tl zout aan de kook. Pel en halveer de **ui** en snij in dunne reepjes. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snij in blokjes van ca. 0,5cm. Haal de pan van het vuur, schep de **ui** en **tomaat** door het azijnmengsel en zet opzij.



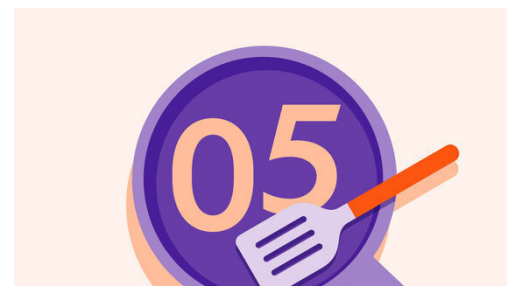
4. Naanbrood roosteren

Besprenkel de **naanbroden** met ieder 1tl plantaardige olie en rooster ze 1-3 minuten op de barbecue (of in een hete grillpan) tot er grillstrepen verschijnen. Neem van de barbecue en laat afkoelen.



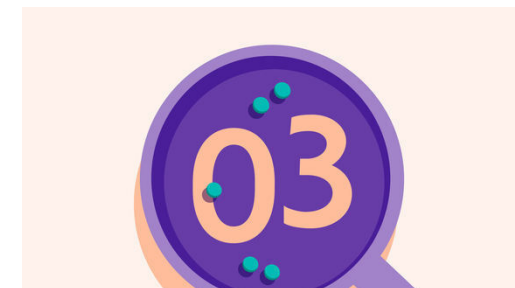
2. Spiesjes maken

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het **vrucht vlees** in blokjes van ca. 2cm. Dep het **vlees** droog met keukenpapier en snij ook in blokjes van ca. 2cm. Meng de **madraskruiden** met 2tl plantaardige olie en een ½tl zout. Wrijf de **paprika** en het **vlees** in met het **kruidenmengsel** en spies om en om aan de satéprikkers.



5. Spiesjes grillen

Stook de barbecue medium tot flink heet en grill de kipspiesjes ca. 15min tot het **vlees** goudbruin is, draai de **spiesjes** regelmatig om. Laat de **ingelegde groente** uitlekken in een zeef. Verdeel de **groente** over het **naanbrood** en leg er de **kipspiesjes** op. Je kan het **naanbrood** ook opensnijden en beleggen als een sandwich. Serveer met de **kokosdip**.



3. Kokosdip maken

Verhit een kleine droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **helft van de kokosrasp** in 1-2min goudbruin (de rest gebruiken we in dit recept niet). Meng de **kokosrasp** met 3el mayonaise en 1tl azijn en kruid met een snuf peper en zout.



6. Kruidige upgrade

Hou je er wel van om te experimenteren? Voeg dan wat kruiden, specerijen of knoflook toe aan het azijnmengsel. Wat oudere groente die in de koelkast slap liggen te worden zijn ook bij uitstek geschikt om samen met de tomaat en ui in te leggen. Let er op eventueel extra azijnmengsel te maken.