



V2: Bio-basilicumkip op romige risotto

met prei en gebakken cherrytomaatjes



30-40min



2 personen

Vandaag vertalen we de Italiaanse vlag - groen, wit en rood - naar je bordje met een zalig gerecht. Je wrijft malse biologische kipfilet in met een groene basilicumcrème, maakt er een witte risotto met prei bij en maakt het geheel af met rode cherrytomaatjes uit de pan. Viva Italia!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 prei
- 200g risottorijst
- 2 zakjes basilicumcrème
- 2 biologische kipfilets
- 250g cherrytomaten

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el boter ⁷
- olijfolie
- balsamicoazijn ¹⁷
- peper en zout

Kookgerei

- grote koekenpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- maatbeker

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

Kooktip

Je kunt het water evt. ook van tevoren koken in de waterkoker om tijd te besparen.

Allergenen

melk (7), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 900kcal, vet 32.6g, koolhydraten 90.8g, eiwit 58.3g



1. Rijst en prei bakken

Los het **bouillonpoeder** op in 800ml heet water. Snijd de **prei** in dunne ringen. Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en bak de **prei** en **rijst** 1-2min. Schep regelmatig om.



2. Risotto koken

Blus nu beetje bij beetje af met de **bouillon** en roer voortdurend zodat de **rijst** niet aanbakt. Herhaal dit ca. 22min tot de **bouillon** op is en de **rijst** beetgaar is. Haal de **risotto** van het vuur en laat 2-3min afgedekt rusten.



3. Vlees verfijnen

Meng de **basilicumcrème** met een snuf zout. Dep het **vlees** droog en wrijf rondom in met de **basilicumcrème**.



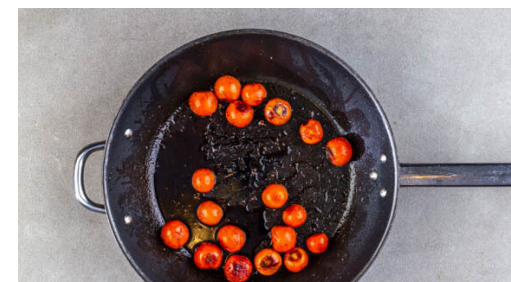
4. Vlees en tomaten bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie. Bak het **vlees** ca. 2min per kant tot het licht gebruind is. Zet het vuur lager. Voeg de **cherrytomaten** toe en leg een deksel op de pan. Laat alles op medium tot laag vuur 10-12min garen, tot de **cherrytomaten** zacht worden en het **vlees** gaar is.



5. Vlees snijden

Haal het **vlees** uit de pan en snijd schuin in plakken.



6. Tomaten verfijnen

Roer 1el boter door de **risotto** en breng op smaak met peper en zout. Voeg 1tl balsamicoazijn en een snuf peper en zout toe aan de pan met **cherrytomaten** en roer goed door. Schep de **tomaatjes** door de **risotto** óf schik ze samen met het **vlees** erbovenop.