

DINNERLY



Romige kipfricassée met groente en knapperig bladerdeeg



20-30min



2 personen

Fricassée is een soort ragout van kip gegaard in witte saus. Het is een Duitse klassieker die eigenlijk heel makkelijk te bereiden is. Hartstikke lekker en geruststellend, zeker met die vrolijke kleuren en stukjes gezouten bladerdeeg uit de oven.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 wortel
- 1 prei
- 1 kipfilet
- 1 rol bladerdeeg ¹
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 kuipje crème fraîche ²

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1tl mosterd ³
- peper en zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

- oven met bakplaat
- grote koekenpan
- maatbeker

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

ALLERGENEN

Gluten (1), Melk (2), Mosterd (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 1032kcal, vet 68.2g, koolhydraten 55.5g, eiwit 40.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schrob of schil de **wortel**, snij in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Halveer de **prei** in de lengte en snij overdwars in dunne reepjes. Dep het **vlees** droog met keukenpapier, snij in stukjes van 1-2cm en kruid met wat peper en zout.



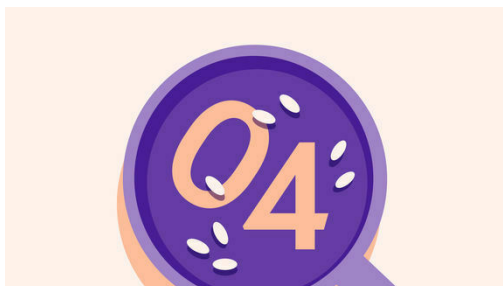
2. Bladerdeeg bakken

Rol het **bladerdeeg met papier** uit op een bakplaat, snij het in **4 gelijke rechthoeken** en snij deze diagonaal door zodat je **8 driehoeken** krijgt. Bestrooi met wat peper en zout en bak het **bladerdeeg** 10-15min in de oven, tot het gerezen en goudbruin is.



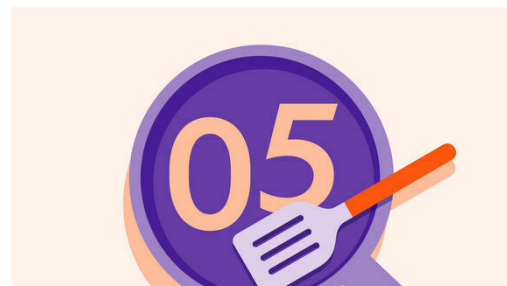
3. Vlees bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak het **vlees** in 2-3min goudbruin. Zet het vuur lager, voeg de **wortel** en **prei** toe en roerbak 3-4min mee.



4. Fricassée maken

Voeg 150ml water toe en roer de **helft van het bouillonpoeder** door de pan. Breng het geheel aan de kook, zet het vuur weer laag en laat 8-10min zachtjes koken.



5. Afmaken en serveren

Roer de **crème fraîche** en 1tl mosterd door de **fricassée**. Voeg 1 voor 1 eetlepel water en evt. wat **bouillonpoeder** toe om de consistentie aan te passen. Proef en breng verder op smaak met peper en zout. Verdeel de **fricassée** over kommen of borden en serveer met de **punten bladerdeeg**.



6. Nieuwe tradities

Deze klassieker kun je op allerlei manieren naar je hand zetten. Wil je wat extra groen? Voeg ca. 100g erwten toe aan de fricassée en kook deze 3min mee of garneer de kommen met wat verse peterselie. Behoeftte aan een fris accent? Knijp een paar drupjes citroen over het gerecht.