



V: Krokante biologische kipburger

met smashed potatoes en romanasalade



ca. 30min



2 personen

Deze biologische kipburger lijkt moeilijker in de bereiding dan hij is. Hij wordt eerst gekruid met cajunkruiden, dan gepaneerd met panko en vervolgens heerlijk knapperig gebakken. Je serveert de burger met smashed potatoes, wat betekent dat je de aardappeltjes na het koken voorzichtig plet en daarna superknapperig roostert in de oven.

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje krieltjes
- 2 kroppen babyromanasla
- 2 tomaten
- 2 biologische kipfilets
- 1 zakje cajunkruiden
- 50g panko ¹
- 2 briochebroodjes ^{1,3,7}

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el mayonaise ³
- 2 el tomatenketchup
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- vergiet

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). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1098kcal, vet 56.6g, koolhydraten 87.5g, eiwit 12.8g



1. Aardappels koken

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Doe de **krieltjes incl. schil** in een middelgrote kookpan met licht gezouten water. Breng aan de kook en kook de **krieltjes** dan ca. 12min, tot ze bijna gaar zijn.



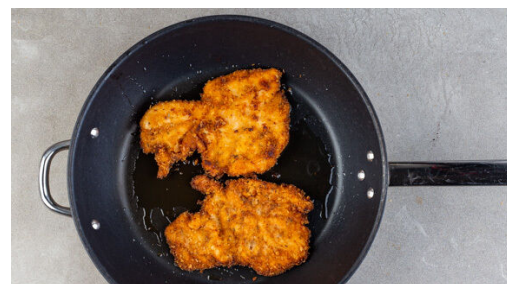
4. Vlees voorbereiden

Meng 1 el mayonaise met 1 el ketchup en 2tl olijfolie. Dep het **vlees** droog met keukenpapier. Leg het **vlees** tussen vershoudfolie of bakpapier en klop het met een zware pan (of vleeshamer, als je die hebt) tot het ca. 0,5cm dik is. Wrijf het **vlees** in met de **helft van de kruidenmix** en een snuf peper en zout. Wentel door de **saus** en dan door het **panko paneermeel**.



2. Salade voorbereiden

Verwijder de stronk van de **sla**, haal de bladeren uit elkaar en snij ze grof. Snijd de **tomaten** doormidden, verwijder de harde kern en snijd het **vruchtvlees** in dunne plakken. Klop een **dressing** van 2el olijfolie, 1el azijn en een snuf peper, zout en suiker.



5. Vlees bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 2el olijfolie. Bak het **vlees** in 2-3min per kant goudbruin en gaar. Snijd de **burgerbroodjes** open en bak ze in 2-3min af in de oven.



3. Aardappels bakken

Giet de **krieltjes** af in een vergiet. Meng ze met 1el olijfolie en een snuf zout en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Plet de **aardappels** voorzichtig met de onderkant van de kookpan en bak ze in ca. 15min goudbruin en knapperig in de oven.



6. Salade afmaken

Bestrijk de **broodjes** met de **saus** en beleg met wat **salade**, **tomaat** en het **vlees**. Meng de **rest van de sla** en **tomaat** met de **dressing**. Serveer de **kipburgers** met de **smashed potatoes**, de **rest van de salade** en 1el ketchup.