



## Snelle shoarmakip met courgette

en pita's plus twee verschillende dips



ca. 25min



2 personen

Shoarma is inmiddels zo geïntegreerd in onze cultuur dat we er niet meer bij stilstaan dat het uit de Arabische keuken komt. Dat je dit kruidige vleesgerecht makkelijk thuis kunt maken, showen we je graag. En voor de echte Marley Spoon-twist combineer je de kruidige kip met courgette en serveer je deze samen met zachte pita's en maar liefst twee dips: eentje van tahin en eentje van yoghurt en veel verse kruiden. Lekker!

## Wat je van ons krijgt

- 1x kipstukjes
- 1 zakje shoarmakruiden
- 2 tomaten
- 1 citroen
- 1 teen knoflook
- 1 zakje tahin <sup>11</sup>
- 1 beker yoghurt <sup>7</sup>
- 1x courgetteschijfjes
- 1x volkoren pitabroodjes <sup>1</sup>
- 10g verse kruidenmix: munt & peterselie

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- fijne keukenrasp

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

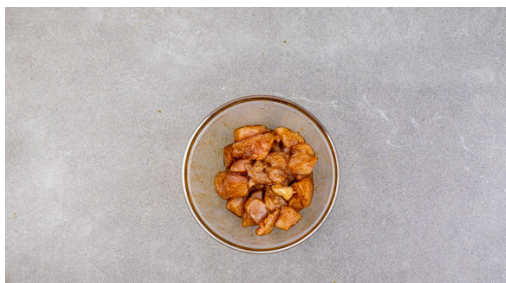
Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

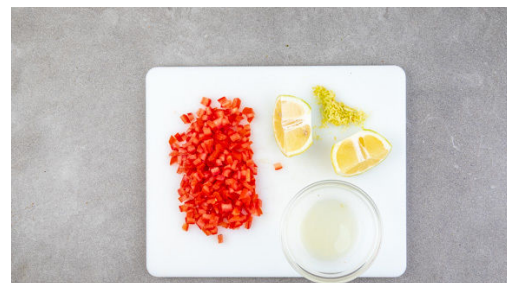
### Voedingswaarde per portie

calorieën 706kcal, vet 19.2g, koolhydraten 49.4g, eiwit 78.1g



### 1. Kip kruiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Meng in een kom de **kipstukjes** met de **shoarmakruiden** en 1-2el olijfolie. Zet opzij om te marineren.



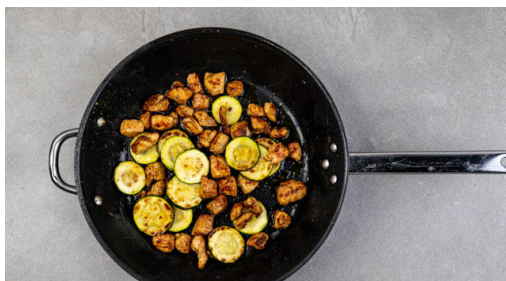
### 2. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **tomaten** in kleine blokjes. Rasp de **citroenschil** fijn en snijd de **citroen** in partjes.



### 3. Dip maken

Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn. Meng in een kommetje de **tahin** met de **helft van de knoflook**, de **helft van de yoghurt**, **1tl citroenrasp** en een snuf zout en peper. *Tip:* breng de **sous** extra op smaak met een **kneepje citroensap**. Bewaar de **sous** in de koelkast tot het serveren.



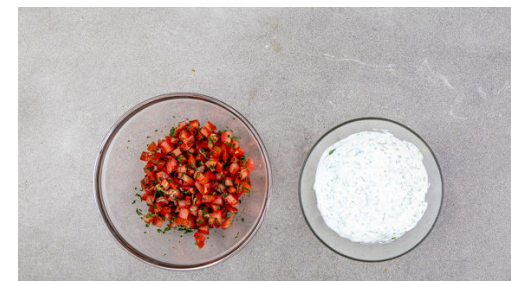
### 4. Kip en courgette bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur en bak de **kipstukjes** in 2-3min rondom goudbruin. Voeg de **courgetteplakjes** toe en bak ze op middelhoog vuur 3-4min mee. Breng de **kip** en **courgette** op smaak met peper en zout.



### 5. Pitabroodjes afbakken

Leg de **pitabroodjes** op een bakplaat met bakpapier en besprenkel ze met een beetje water. Bak de **pitabroodjes** in 3-5min in de oven af.



### 6. Salsa maken

Pluk de **muntblaadjes** en hak ze met de **peterselie** fijn, doe de steeltjes weg. Meng in een kommetje de **rest van de yoghurt** en **knoflook** met de **helft van de verse kruiden** en een snuf peper en zout. Meng de **tomaten** met de **rest van de kruiden** en een snufje zout. Serveer de **kip** en **courgette** met de **pitabroodjes**, **salsa**, **dips** en **citroenpartjes**.