



Bio-kipschnitzel met mozzarella

op spaghetti met tomatensaus



30-40min



2 personen

Meestal combineren we onze schnitzels op een klassieke manier: met gebakken aardappeltjes en een (kool)salade bijvoorbeeld. Schnitzel met spaghetti klinkt misschien wat ongebruikelijker, maar geloof ons: dit is een heerlijke combi. Om je over de streep te trekken, smelten we ook nog wat verse mozzarella over de schnitzels.

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische spaghetti ¹
- 2 tomaten
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 blik tomatenblokjes
- 2 biologische kipfilets
- 50g panko ¹
- 1 bol mozzarella ⁷
- 10g verse basilicum

Wat je thuis nodig hebt

- 1 ei ³
- 2el bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- oven met grillfunctie
- ovenschaal
- middelgrote kookpan
- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- vleesklopper
- 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 1224kcal, vet 48.9g, koolhydraten 116.0g, eiwit 80.7g



1. Groente snijden

Verwarm de oven met de grillfunctie of boven- en onderwarmte voor op 220°C. Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Snijd de **tomaten** in kleine blokjes. Pel de **ui** en snipper fijn. Pel de **knoflook** en snijd fijn.



4. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Giet af in een vergiet en laat uitlekken.



2. Tomatensaus maken

Verhit een 2e middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Fruit de **ui** in 1-2min glazig. Voeg de **knoflook** en de **tomatenblokjes uit blik** toe. Breng de **sous** op smaak met een ½tl zout en suiker en een snuf peper. Leg een deksel op de pan en laat de **sous** ca. 5min zachtjes koken. Haal het deksel van de pan en laat de **sous** nog ca. 5min inkoken.



5. Schnitzels bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 3el olijfolie. Bak de **schnitzels** 1-2min per kant. Laat ze uitlekken op wat keukenpapier en leg het **vlees** dan in een middelgrote ovenschaal. Snijd de **mozzarella** in dunne plakjes en verdeel over de **schnitzels**. Zet 3-5min in de oven tot de **kaas** is gesmolten.



3. Vlees paneren

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en snijd in **2 platte filets**. Leg het **vlees** tussen vershoudfolie of bakpapier en klop het plat. Strooi 2el bloem in een diep bord, klop 1 ei los in een 2e bord en strooi de **panko** in een 3e bord. Wrijf het **vlees** in met een snuf peper en zout en wentel door de bloem, dan door het ei en tot slot door de **panko**.



6. Pasta afmaken

Pluk de **basilicumblaadjes** van de steeltjes. Meng de **pasta** met de **tomatensaus** en de **verse tomatenblokjes**. Proef en breng verder op smaak met peper en zout. Verdeel de **pasta** over borden, serveer de **schnitzels** er bovenop en bestrooi met de **basilicum**.