



Gebraden bio-kip met gnocchi

met romige spinazie en limoen



ca. 20min



2 personen

Als je na een drukke dag niet te veel tijd in de keuken wil doorbrengen, is dit snelle gerecht een perfecte keuze. Een avg'tje in een moderne jas: malse gebraden biologische kipstukjes, knapperig gebakken gnocchi en zelfgemaakte spinazie à la crème, met crème fraîche. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1x biologische kipstukjes
- 1 onbehandelde limoen
- 500g gnocchi ¹
- 1 kuipje crème fraîche ²
- 200g babypinazie

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el boter ²
- 1 tl bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- 2 grote koekenpannen
- keukenrasp
- citruspers
- maatbeker

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

Allergenen

gluten (1), melk (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 953kcal, vet 42.9g, koolhydraten 93.6g, eiwit 48.5g



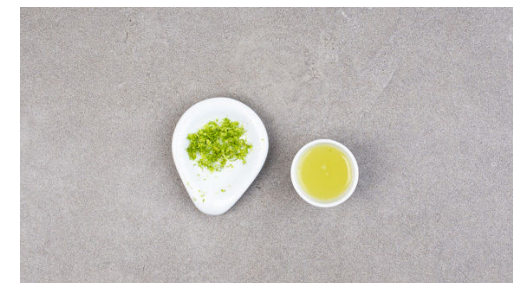
1. Ui snijden

Halveer en pel de **ui** en snijd in dunne reepjes. Pel de **knoflook** en snijd in dunne plakjes.



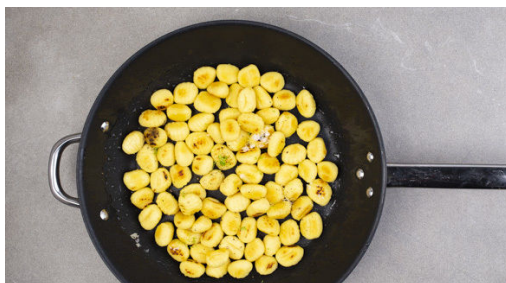
2. Vlees droogdeppen

Dep het **vlees** droog.



3. Limoen voorbereiden

Rasp de **limoenschil** en pers de **limoen** uit.



4. Gnocchi bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1 el olijfolie. Voeg de **gnocchi** toe en bak in 8-10min rondom goudbruin en knapperig. Breng op smaak met peper, zout, **limoenrasp** en **limoensap** naar wens.



5. Vlees braden

Verhit een 2e grote koekenpan op middelhoog vuur met 1 el olijfolie. Bak het **vlees** met een snuf peper en zout in 3-4min rondom goudbruin. Neem uit de pan en laat afgedekt rusten op een bord. De pan gebruiken we zo weer.



6. Saus maken

Verhit de koekenpan op middelhoog vuur met 1 el boter en bak de **ui** en **knoflook** 1-2min. Bestuif met 1 tl bloem en blus af met 50ml water. Laat ca. 1min zachtjes pruttelen op laag vuur en voeg de **crème fraîche** toe. Schep de **spinazie** door de **saus**, laat slinken en breng het geheel op smaak met peper en zout. Serveer de **saus** met de **gnocchi** en de kipstukjes.