



Zomerse salade met kip en nectarine

met kikkererwten en gele courgette



30-40min



2 personen

De salade wordt vaak als bijgerecht beschouwd, maar dat is lang niet altijd terecht. Met deze luxe zomerse salade kom je namelijk niets tekort! Je combineert knapperige kikkererwten en courgette uit de oven met malse kippendijfilets en sappige nectarineplakjes. Flink hand veldsla erbij en je hebt een prachtsalade. Zeker met die geweldige dressing waar je de braadsappen van de kip in verwerkt. Smullen maar!

Wat je van ons krijgt

- 1 blik biologische kikkererwten
- 1 gele courgette
- 1 zakje goulashkruiden
- 3 kippendijfilets
- 1 nectarine
- 50g veldsla

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn ¹

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan met deksel
- vergiet

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

Allergenen

Zwavedioxide en Sulfiten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 766kcal, vet 48.4g, koolhydraten 45.0g, eiwit 37.9g



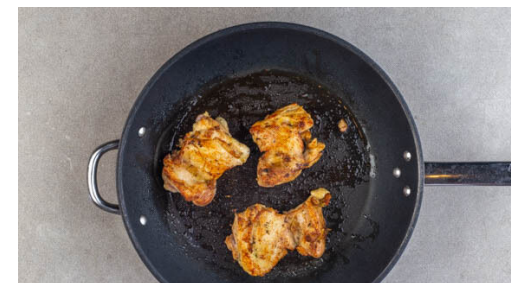
1. Groente voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Spoel de **kikkererwten** af in een vergiet met koud water en laat uitlekken. Snijd de **courgette** in 1-2cm dikke plakken.



2. Groente bakken

Verdeel de **kikkererwten** en **courgette** over een bakplaat met bakpapier en meng met 1el olijfolie, de **helft van de goulashkruiden**, een flinke snuf zout en een snuf peper. Bak 15-20min in de oven tot de **kikkererwten** knapperig zijn en de **courgette** zacht.



3. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog en wrijf rondom in met de **rest van de goulashkruiden** en een snuf zout. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en bak het **vlees** 1-2min per kant. Zet het vuur middelhoog, leg een deksel op de pan en bak het **vlees** afgedekt 7-8min verder tot het gaar is. Draai het regelmatig om.



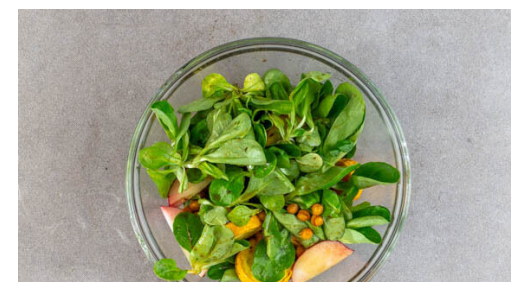
4. Nectarine snijden

Halveer de **nectarine** en verwijder de pit. Snijd het **vruchtvlees** in 1-2cm brede partjes.



5. Dressing maken

Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 2el balsamicoazijn, 1el water, een flinke snuf zout en een snuf peper. Roer de **braadsappen** van het **vlees** ook door de **dressing** heen.



6. Salade afmaken

Meng de **kikkererwten**, **courgette** en **nectarine** met $\frac{3}{4}$ van de **dressing**. Schep de **veldsla** erdoorheen. Snijd het **vlees** in plakken, serveer bovenop de **salade** en bedruip met de **rest van de dressing**.