



Cordon Bleu van kip

met komkommer-venkelsalade en aardappelwedges



40-50min



2 personen

Cordon bleu heeft zo'n beetje alles waar kinderen (en grote mensen) dol op zijn: malse kip, zachte ham en smeltende kaas. En dat alles in één smakelijk en krokant jasje. De aardappeltjes uit de oven en de citroenige komkommersalade maken deze allemansvriend helemaal af.

Wat je van ons krijgt

- 500g vastkokende aardappels
- 1 kipfilet
- 1x plakjes schouderham ^{1,3,6,7,10}
- 1 zakje geraspte Emmentaler ⁷
- 1 zakje paneermeel ¹
- 1 minikomkommer
- 1 venkel
- 1 citroen

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- bloem ¹
- suiker
- 1 ei ³
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- satéprikkers
- middelgrote ovenschaal
- middelgrote koekenpan
- fijne keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 935kcal, vet 40.1g, koolhydraten 77.3g, eiwit 61.9g



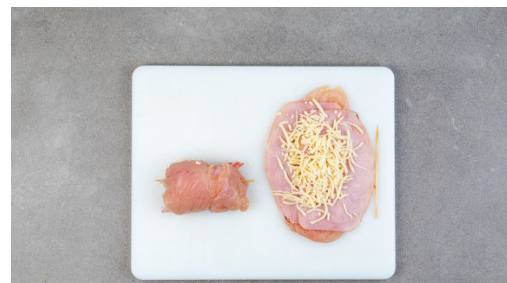
1. Aardappels roosteren

Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de **aardappels** in partjes en spreid ze uit over een bakplaat met bakpapier (je hoeft ze dus niet te schillen!). Hussel om met 1-2el olijfolie en een snuf zout. Rooster 20-25min in de oven tot de **aardappels** gaar zijn en goudbruine randjes hebben.



4. Cordon bleu bakken

Verhit 1-2el plantaardige olie in een middelgrote koekenpan. Bak de **cordon bleus** rondom goudbruin en tot het **paneermeel** knapperig is. Verwijder de satéprikkers of tandenstokers en leg de **cordon bleus** in een middelgrote ovenschaal. Bak 10-15min in de oven tot het **vlees** in het dikste deel gaar is.



2. Kip voorbereiden

Dep de **kip** droog en snijd hem in de lengte doormidden. Dek de **filets** af met een stuk vershoudfolie en sla ze gelijkmatig plat. Verwijder de folie en leg eerst een **plakje ham** en dan een **handje kaas** bovenop de **kip**. Vouw dan de lange zijde ca. 1cm naar binnen en rol het **vlees** op. Zet de de **cordon blue** met satéprikkers of tandenstokers vast.



5. Salade maken

Snijd de **minikomkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Snijd de **venkel** in smalle reepjes. Rasp de **citroenschil** fijn. Pers **een citroenhelft** uit en snijd de **ander** in partjes. Meng de **komkommer** en **venkel** met 1el olijfolie, **1tl citroenrasp**, **1el citroensap** en een snufje peper, zout en suiker. Breng de **salade** evt. op smaak met meer **citroensap**.



3. Kip paneren

Kluts 1 ei in een kom los. Meng op een bord 2-3el bloem met een snuf zout en peper. Verdeel het **paneermeel** over een tweede bord. Haal de **cordon bleus** om de beurt eerst door de bloem, dan het ei en tot slot door het **paneermeel**. Druk stevig aan.



6. Serveren

Breng de **aardappeltjes** voor het serveren op smaak met meer zout naar swens. Snijd de **cordon bleus** in dikke plakken en serveer ze met de **aardappels** en **salade**. Geef de **citroenpartjes** erbij om erover uit te knijpen.