



Polla alla parmigiana

met pasta in tomatensaus



30-40min



2 personen

Polla alla parmigiana is het Italiaanse antwoord op de schnitzel. Of de schnitzel is het Duitse antwoord op de polla alla parmigiana. Het ligt een beetje aan wie je het vraagt. Alles draait om een knapperig gepaneerd stuk vlees (kip in dit geval) dus ons hoor je er verder niet over. Onze pollo gaat na het bakken nog even de oven in met mozzarella, want die gesmolten kaas on top maakt het helemaal af.

Wat je van ons krijgt

- 2 tomaten
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 pak tomatenpassata
- 1 zakje panko ¹
- 1 kipfilet
- 250g tagliatelle ¹
- 1 bol mozzarella ⁷
- 10g verse basilicum

Wat je thuis nodig hebt

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

Kookgerei

- oven
- middelgrote ovenschaal
- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- grote kookpan

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 1020kcal, vet 42.7g, koolhydraten 98.1g, eiwit 61.0g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 250°C of op 220°C met de grillfunctie aan. Breng ruim gezouten water in een grote kookpan aan de kook. Snijd de **tomaten** in blokjes. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn.



4. Pasta koken

Voeg **2/3e van de tagliatelle** toe zodra het water kookt (of meer bij grote trek) en kook de **pasta** in 7-9min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en houd de **pasta** warm tot stap 6.



2. Tomatensaus maken

Verhit 1-2el olijfolie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur en fruit de **ui** 1-2min. Voeg de **knoflook** en de **helft van de passata** toe en roer door. Breng de **sous** op smaak met **1-2tl Griekse kruidenmix**, 1/2tl zout, 1/2tl suiker en een snuf peper. Doe een deksel op de pan en laat de **sous** ca. 5min pruttelen. Haal het deksel van de pan en kook nog eens 5min.



5. Schnitzel bakken

Verhit 3-4el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **schnitzels** in 1-2min per kant goudbruin. Laat even uitlekken op een stuk keukenpapier leg de **schnitzels** in een ovenschaal. Snijd de **mozzarella** in plakjes en verdeel over de **schnitzels**. Bak 3-5min in de oven tot de **kaas** gesmolten is en het **vlees** gaar.



3. Schnitzel maken

Klop 1 ei los in een diep bord. Bestuif een 2e bord met 2-3el bloem en bestrooi een 3e bord met de **panko**. Snijd de **kip** in de lengte doormidden in **2 dunne filets** en dek af met folie. Sla de **kip** met een zwaar voorwerp plat, tot een dikte van ca. 0,5cm. Wrijf ze in met peper en zout en haal ze om de beurt door het ei, de bloem en de **panko**.



6. Pasta afmaken

Roer de **pasta** met de **tomaten** door de **sous**. Voeg evt. een scheutje **kookwater** toe en beng op smaak met peper en zout. Serveer de **polla alla parmigiana** bovenop de pasta en scheur de **basilicumblaadjes** er losjes over.