



Geroosterde sambalkippenbouten

met zomerse bulgursalade en peer



30-40min



2 personen

Iedereen heeft wel een potje sambal oelek in de voorraadkast. Je gebruikt het waarschijnlijk vooral als pittige smaakmaker naast de nasi (of op een boterham met pindakaas!), maar wist je dat je het ook bij het koken kunt gebruiken? Bijvoorbeeld om je kippenbout mee in te wrijven voor ze in de oven gaan. Een stevige tegenhanger van de frisoete bulgursalade met peer en rozijnen die je er vandaag bij serveert.

Wat je van ons krijgt

- 2 kippenbouten
- 1 zakje sambal oelek
- 1 zakje ras el hanout
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 peer
- 1 bosui
- 10g verse peterselie
- 1 zakje rozijnen ¹²
- 1 komkommer
- 1 zakje gerookte amandelen ¹⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn
- suiker

Kookgerei

- oven
- ovenschaal
- middelgrote kookpan
- maatbeker
- zeef
- aluminiumfolie

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

Allergenen

zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

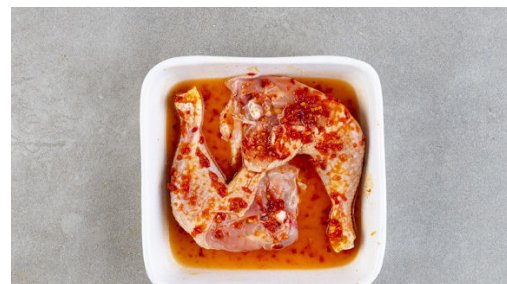
Voedingswaarde per portie

calorieën 884kcal, vet 41.7g, koolhydraten 80.6g, eiwit 47.5g



1. Kip kruiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Breng 500ml water in een middelgrote kookpan aan de kook. Dep de **kippenbouten** droog en wrijf ze in met de **sambal** en een snuf zout.



2. Kip bakken

Leg de **kippenbouten** in een ovenschaal en bak ze in 30-40min gaar en goudbruin. Keer halverwege om en besprenkel ca. 5min voor het eind met 2-3el water. Dek de schaal af met aluminiumfolie als de **kip** te donker wordt.



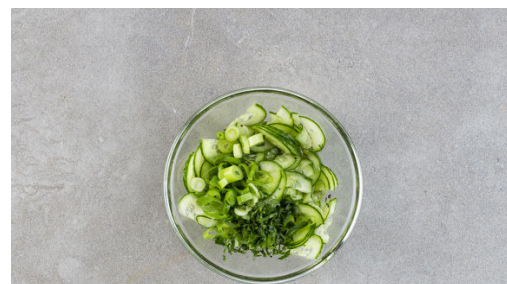
3. Bulgur koken

Voeg de **bulgur**, het **bouillonpoeder** en **3/4e van de ras el hanout** aan het kokende water toe en roer door. Breng opnieuw aan de kook, draai het vuur middellaag en doe een deksel op de pan. Kook de **bulgur** in 8-10min gaar. Giet evt. in een zeef af.



4. Peer snijden

Verwijder het klokhuis en snijd de **peer** in blokjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Hak de **peterselieblaadjes** en **rozijnen** fijn.



5. Salade maken

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Maak in een kom een **dressing** van 1-2el olijfolie, 1-2tl azijn en zout, peper en een snufje suiker. Voeg de **komkommer**, de **helft van de bosui** en **1/4e van de peterselie** toe en hussel om. Breng de **salade** op smaak met peper en zout.



6. Bulgur afmaken

Meng de **bulgur** met de **peer**, de **rest van de peterselie** en **ras el hanout**, de **rozijnen** en een snuf peper en zout. Hak de **amandelen** grof. Serveer de **bulgur** met de **komkommersalade** en **kippenbouten**. Bestrooi met de **amandelen** en de **rest van de bosui** en besprenkel met de sauzige **bakvetten** van de **kip**.