



Malse kipfilet met saffraanboter

met spinazie en zoeteaardappelpuree



30-40min



2 personen

Saffraan is het duurste specerij ter wereld. Dat komt door de manier waarop het gewonnen wordt: de draden worden met de hand uit de krokus geplukt en vervolgens gedroogd. Deze taak kan niet worden geautomatiseerd. Gelukkig kom je met een klein beetje van de mooie specerij heel ver, zoals je vandaag zult zien. Je maakt er een prachtige botersaus van, die je over de kip en zoeteaardappelpuree schenkt.

Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 1 pakje saffraandraden
- 1 zakje hazelnoten ¹⁵
- 1 sjalotje
- 1 teen knoflook
- 1 kipfilet
- 1x babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- plantaardige olie
- azijn
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- dunschiller
- aardappelstamper
- maatbeker
- vergiet

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

Allergenen

melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

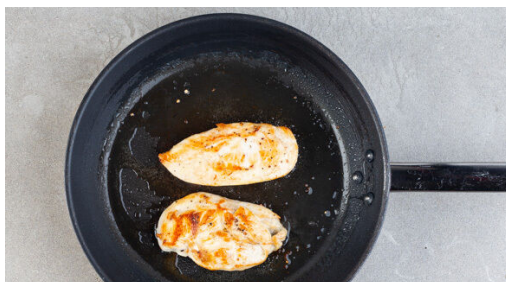
Voedingswaarde per portie

calorieën 706kcal, vet 39.1g, koolhydraten 46.9g, eiwit 36.3g



1. Zoete aardappels koken

Breng voldoende zout water aan de kook in een middelgrote kookpan. Schil de **zoete aardappel** en snijd hem in stukken. Voeg aan het kokende water toe en kook in 10-12min gaar. Vang bij het afgieten **100ml kookwater** op en laat de **aardappels** 2-3min uitstomen. Doe ze dan terug in de kookpan en dek af. Week de **helft van de saffraan** in **2el kookwater**.



4. Kip braden

Dep de **kip** droog en snijd hem in de lengte in **2 platte filets**. Wrijf in met zout en peper. Verhit de gebruikte koekenpan op hoog vuur met 1el olie en braad de **kip** in 3-4min per zijde goudbruin en gaar. Leg op een bord en laat afgedekt rusten. Maak de pan nog niet schoon.



2. Noten roosteren

Rooster de **hazelnoten** 2-3min in een droge, middelgrote koekenpan. Neem uit de pan en laat afkoelen. Pel en hak het **sjalotje** fijn. Pel en snijd de **knoflook** in plakjes.



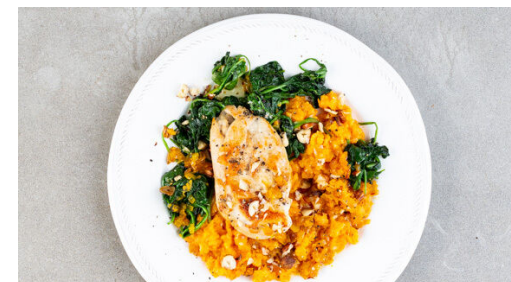
5. Spinazie bakken

Verhit de koekenpan met **bakresten** op middelhoog vuur en bak de **knoflook** in 1-2min knapperig en goudbruin. Voeg 1el boter toe als de **knoflook** dreigt te verbranden. Voeg de **spinazie** toe en bak tot de **blaadjes** zijn geslonken. Breng op smaak met zout en peper en neem de pan van het vuur.



3. Saffraanboter maken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 2-3el boter. Bak het **sjalotje** in ca. 1min glazig. Voeg 1tl suiker en een snuf zout toe, bak 30sec mee en blus af met 2el (wittewijn)azijn en het **saffraanwater**. Draai het vuur laag en laat de vloeistof 2-3min inkoken. Schenk de **saffraanboter** in een kom en veeg de pan schoon.



6. Serveren

Hak de **noten** fijn. Doe 1-2tl boter en **2-3el kookwater** bij de **aardappels** en stamp tot een grove **puree**. Voeg **meer kookwater** toe voor een extra smeùige **puree** en breng hem op smaak met peper en zout. Serveer de **puree** met de **spinazie** en de **kip**. Bedruppel met de **saffraanboter** en garneer met de **hazelnoten**.