



Pita's met barbecue-ananaskip

en koriander met ijsbergsalade



ca. 25min



2 personen

Helaas is het nog te koud voor een barbecuefeest, maar met dit gerecht kun je de zomer wel alvast een beetje in huis halen. In een warm pitabroodje wordt heerlijk malse kip gecombineerd met de zoete smaak van ananas, de rokerige smaak van barbecuesaus en de kruidige geuren van curry madras -ofwel kerrie. Als side krijg je ook nog eens een knapperige sla met koriander en tomaatjes.

Wat je van ons krijgt

- 2 kippendijfilets
- 1 blikje ananasstukjes
- 1 zakje BBQ-saus ^{9,10}
- 1 zakje curry-madraskruiden ¹⁰
- 1 tomaat
- 1 pakje pita's ¹
- 1 zakje pizzakaas ⁷
- 1 krop ijsbergsla
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- maatbeker
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1029kcal, vet 41.8g, koolhydraten 98.0g, eiwit 63.0g



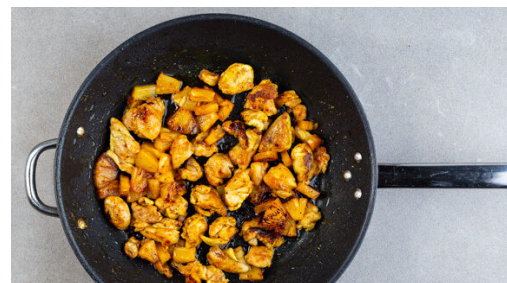
1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 210°C (190°C hetelucht). Dep het **vlees** droog en snijd het in hapklare stukjes. Giet de **ananas** af en vang daarbij het **sap** op.



4. Pita's bakken

Snijd **4 pita's** open, maar niet helemaal door. Leg ze op een bakplaat met bakpapier en besprenkel met een paar druppels water. Vul ze met de **kaas** en bak in 4-5min in de oven af. Je kunt de **resterende pita** invriezen.



2. Kip bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg de **kip** met de **ananas**, **bbq-saus** en de **madraskruiden** toe. Bak ca. 5min en voeg dan **50ml ananassap** en een snuf zout toe en stoof nog ca. 5min tot de **sous** is ingedikt. Proef of je peper of zout wil toevoegen.



5. Sla snijden

Snijd de **helft van de sla** in smalle reepjes. De **rest van de sla** wordt in dit recept niet gebruikt. Hak de **koriander** incl. steeltjes fijn.



3. Tomaat snijden

Snijd de **tomaat** in dunne plakjes.



6. Pita's beleggen

Vul de **pita's** met de **kip-ananasmix incl. braadsap**, de **tomaten**, een beetje **sla** en de **koriander**. Meng de **rest van de sla** met 1el olijfolie, 1-2tl azijn, 1-2 snufjes zout en een snufje peper. Serveer bij de **pita's**.