



Kippenstoof met chorizo

met kikkererwten en venkel



20-30min



2 personen

Stoofpotjes zijn echt genieten, maar het duurt vaak zo lang voordat ze klaar zijn. Maar niet vandaag: je tovert deze kippenstoof in een handomdraai op tafel. Een fijne mix van lekkere groenten, waaronder venkel, en kikkererwten zijn weer eens iets anders dan aardappels of rijst. Een lekker mals kippendijfiletje erbovenop, zo zien we het graag.

Wat je van ons krijgt

- 3 kippenfilets
- 1 venkel
- 1 wortel
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 1x chorizo
- 1 blik kikkererwten
- 10g verse tijm

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- grote kookpan met deksel

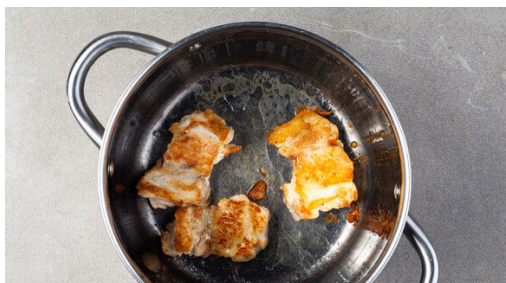
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 821kcal, vet 43.2g, koolhydraten 45.8g, eiwit 56.5g



1. Kip braden

Verhit een grote kookpan op middelhoog vuur met 2el olijfolie. Dep de **kip** droog en wrijf het **vlees** in met een snuf zout. Braad de **filets** in ca. 3min per kant stevig aan en schep op een bord. Houd de kookpan.



4. Groenten bakken

Verhit de gebruikte kookpan op middelhoog-hoog vuur. Bak de **venkel**, **wortel**, **ui** en **knoflook** ca. 3min. Bestrooi met een flinke snuf zout.



2. Groenten snijden

Verwijder de stronk, snijd de **venkel** in de lengte in vieren en dan in brede repen. Houd wat **venkelloof** achter voor stap 6. Schil of schob de **wortel** en snijd 'm in dunne schuine plakjes. Hak de **tomaten** grof. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn.



5. Stoof maken

Voeg de **tomaat**, de **kip**, de **chorizo**, de **kikkererwten met vloeistof** en de **tijmtakjes** toe. Draai het vuur iets lager en doe een deksel op de pan. Laat de **stoof** ca. 10min pruttelen.



3. Chorizo snijden

Snijd de **chorizo** in kleine blokjes.



6. Op smaak brengen

Proef of je nog zout en peper wil toevoegen en vis de **tijmtakjes** uit de pan. Schep de **stoof** in kommen of diepe borden en bestrooi met het **venkelloof**.