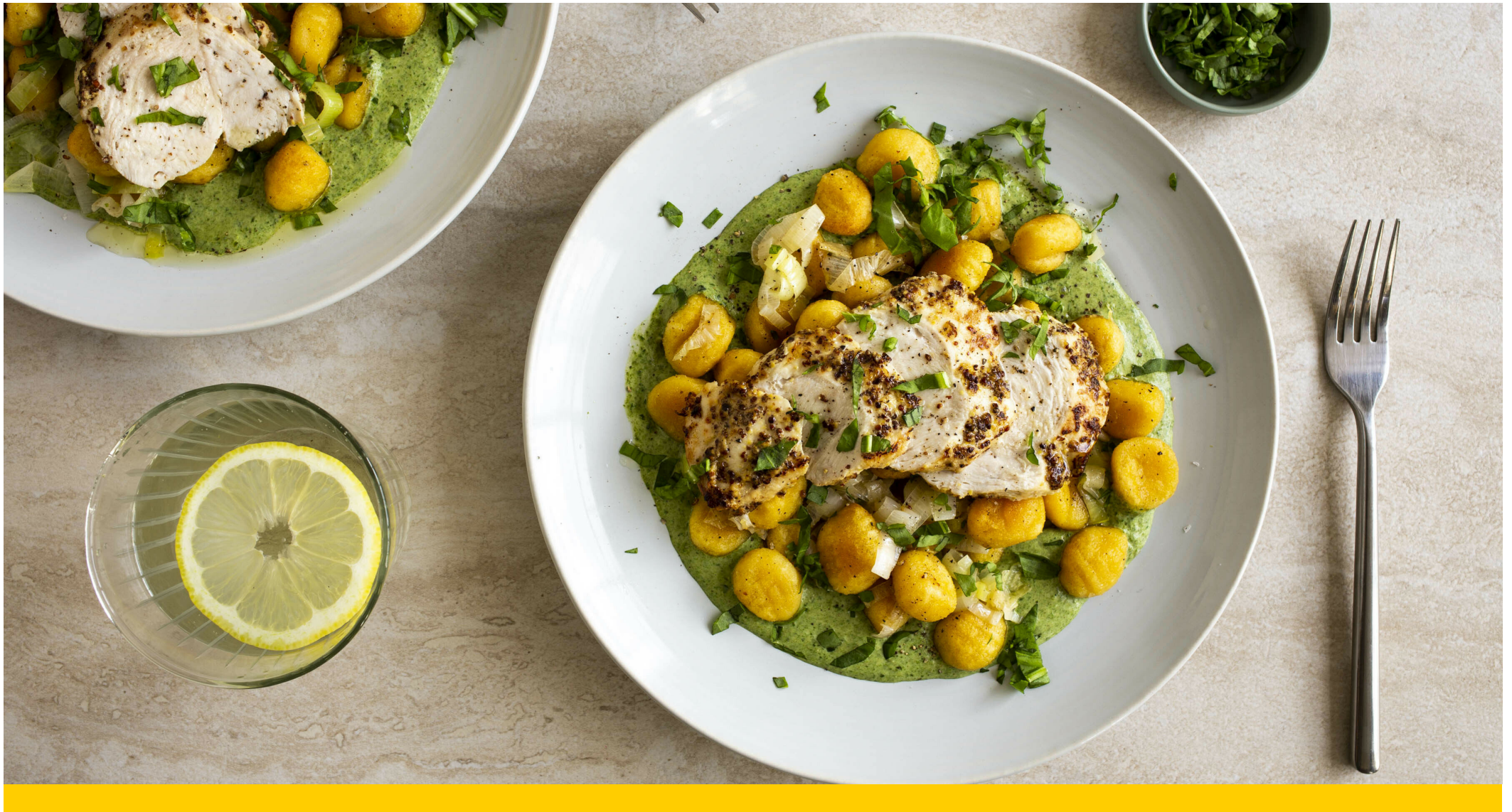




Mosterdkip in 't groen

met zuring en gebakken gnocchi



ca. 20min



2 personen

Paling in 't groen is een Vlaamse klassieker die nog steeds veel gegeten wordt in de regio's rondom de Schelde. Ook onze oosterburen kennen een variant: in dorpen en steden waar de Elbe en de Weber doorheen stromen, is deze combinatie van rivierpaling, groene kruiden en zuring populair. Chef Martina gaf haar eigen draai aan dit bekende gerecht en serveert kip in 't groen met knapperig geroosterde gnocchi.

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 15g verse kruiden: basilicum, peterselie & zuring
- 500g gnocchi ¹
- 1 kipfilet
- 1 kuipje grove mosterd ¹⁰
- 1x babyspinazie
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 zakje groentebouillonpoeder

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker

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

Kooktip

Je kunt de prei in de pan afblussen met een scheutje wijn. Bak tot de wijn bijna verdampt is en voeg dan de ingrediënten voor de saus toe.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 927kcal, vet 39.7g, koolhydraten 90.6g, eiwit 47.8g



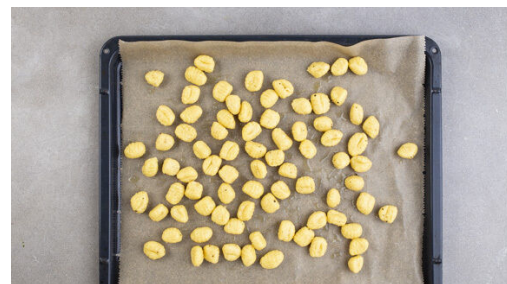
1. Prei & kruiden snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **prei** in dunne ringen. Hak de **peterselie en basilicum incl. steeltjes** en de **helft van de zuring** grof. Je hebt de **rest van de zuring** niet nodig.



4. Saus maken

Zet de pan terug op middelhoog vuur en voeg de **prei** met een snuf zout toe. Bak 5-6min en schep de **helft van de prei** uit de pan (**zie tip, links**). Voeg de **spinazie**, de **crème fraîche**, de **helft van het bouillonpoeder** en 100ml water toe aan de pan. Bestrooi met een snuf peper en laat de **saus** ca. 3min zachtjes koken. Roer dan de **peterselie** en **basilicum** erdoor.



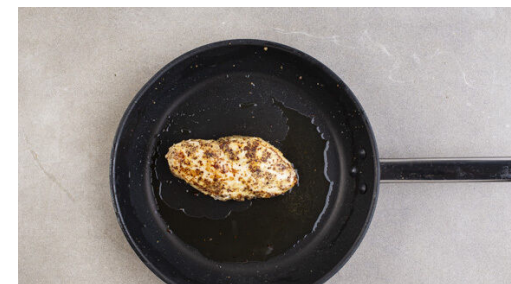
2. Gnocchi roosteren

Verdeel de **gnocchi** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 2el olijfolie en een flinke snuf zout. Rooster de **gnocchi** in 8-10min goudbruin en knapperig in de oven.



5. Saus pureren

Hevel de **saus** over naar een hoge (maat)beker en pureer glad met een staafmixer. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen.



3. Kip braden

Dep de **kip** droog en wrijf de **filet** in met de **mosterd** en een snuf zout. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Braad de **kip** 4-5min per kant. Neem uit de pan en houd warm.



6. Afmaken & serveren

Snijd de **kip** in schuine plakken. Hussel de **gnocchi** om met de **achtergehouden prei**. Schep de **saus** in diepe borden, verdeel de **gnocchi** erover en serveer de **kip** er bovenop. Bestrooi met de **gehakte zuring**.