



## Shoarmakip met abrikozencouscous

en geroosterde groenten met citroenyoghurt



30-40min



2 personen

Wij gebruiken graag shoarmakruiden in onze gerechten, omdat ze alles direct een fijne Midden-Oosterse smaak geven. Zoals deze malse kip met shoarmakruiden, die we serveren op een bedje van abrikozencouscous en afmaken met zoete aardappel uit de oven en frisse yoghurtsaus.

## Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 1 rode ui
- 1 citroen
- 1 zakje shoarmakruiden
- 15g verse kruidenmix: munt & platte peterselie
- 1 kipfilet
- 200g couscous <sup>1</sup>
- 25g gedroogde abrikozen <sup>12</sup>
- 1 teen knoflook
- 1 kuipje yoghurt <sup>7</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- honing
- balsamicoazijn <sup>17</sup>
- peper en zout
- olijfolie

## Kookgerei

- oven met ovenschaal
- middelgrote koekenpan met deksel
- dunschiller
- keukenrasp
- maatbeker

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

### Allergenen

gluten (1), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 997kcal, vet 28.0g, koolhydraten 138.3g, eiwit 46.1g



### 1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Schil en snijd de **zoete aardappel** in vingerdikke staafjes. Pel en snijd de **ui** in partjes. Rasp de **citroenschil** fijn en snijd de **citroen** in **8 partjes**. Meng de **helft van de shoarmakruiden** met 1-2el olijfolie en 1/2tl zout. Meng in een apart kommetje 1el honing met 1tl balsamicoazijn.



### 4. Couscous maken

Doe 400ml water en de **rest van de shoarmakruiden** in de gebruikte koekenpan en breng aan de kook. Voeg de **couscous** en **abrikozen** toe, draai het vuur uit en dek de pan af. Laat 8-10min staan, tot de **couscous** het water heeft opgenomen en gaar is. Voeg indien nodig nog wat heet water toe.



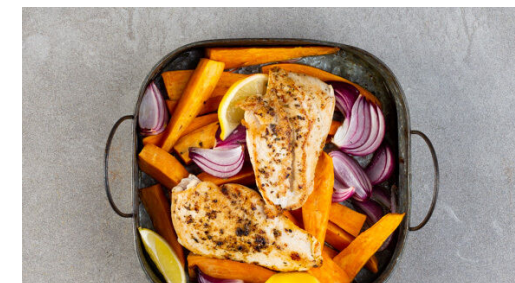
### 2. Groenten roosteren

Hussel de **aardappel, ui** en **citroenpartjes** in een ovenschaal om met 1-2el olijfolie en een flinke snuf zout. Rooster de **groenten** 20-25min in de oven. Hak de **peterselie incl. steeltjes** en de **muntblaadjes** fijn. Schep de **ovengroenten** na 10min om en besprenkel met de **honing-azijn**.



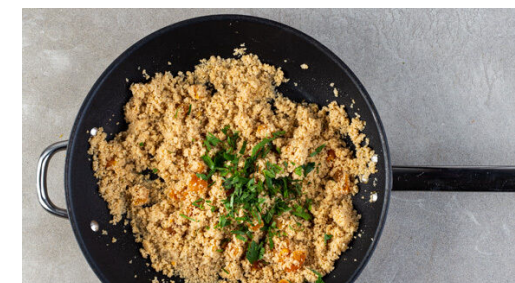
### 5. Dip maken

Haal voorzichtig **2 citroenpartjes** uit de ovenschaal. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn en meng met de **yoghurt** en 1el olijfolie en knijp de **citroenpartjes** erboven uit. Breng de **yoghurt** op smaak met zout en peper.



### 3. Kip garen

Dep de **kip** droog en snijd het **vlees** in **2 platte filets**. Wrijf in met de **shoarma-olie**. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur en braad de **kip** 1-2min per kant. Leg het **vlees** bovenop de **ovengroenten** en bak 10-15min mee, tot de **kip** gaar en goudbruin is. Maak de koekenpan niet schoon.



### 6. Couscous afmaken

Roer **2/3e van de verse kruiden** en 1el olijfolie door de **couscous**. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Snijd de **kip** in plakken en serveer met de **couscous** en de **ovengroenten**. Bestrooi met de **citroenrasp** en de **rest van de kruiden**. Geef de **citroenyoghurt** en de **rest van de citroenpartjes** erbij.