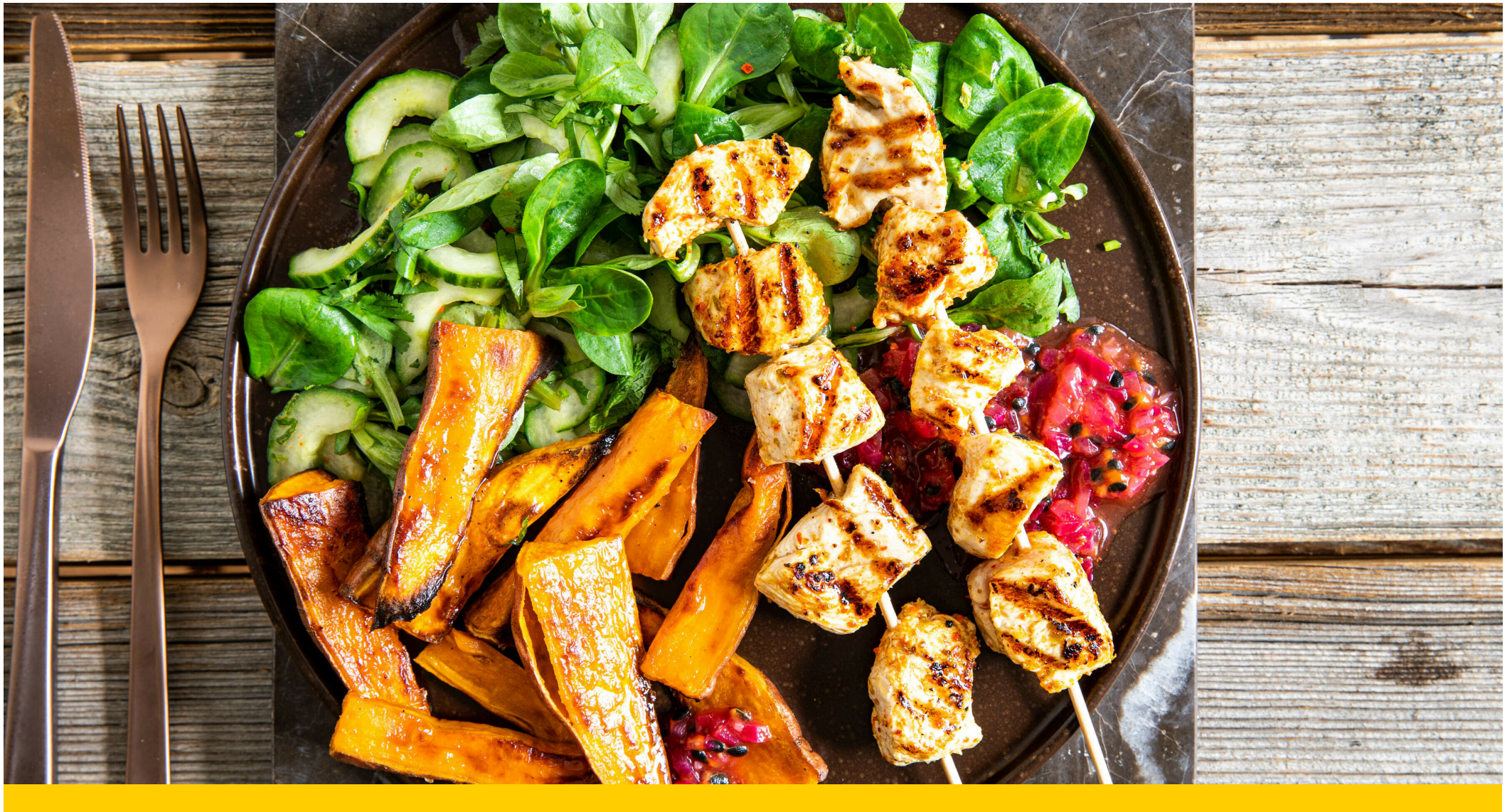




Gegrilde kipspiesjes met veldsla

met passievruchtenchutney en zoete aardappel



30-40min



2 personen

Kipspiesjes met aardappels uit de oven en een salade... Op het eerste gezicht een doodnormale maaltijd, tot je iets beter kijkt. Dan zie je dat de kip een pittige limoen-chilimarinaade heeft en dat er een hele fijne zelfgemaakte passievruchtenchutney bij zit. De dikke zoete aardappelfrietten en de frisse veldsla complementeren deze Indiaas geïnspireerde smaken uitstekend. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 1 limoen
- 1 kipfilet
- 1 zakje komijnpoeder
- 1 zakje chilivlokken
- 1 rode ui
- 1 passievrucht
- 1 komkommer
- 15g verse kruidenmix: koriander & munt
- 1x satéprikkers
- 100g veldsla

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- grillpan
- keukenrasp

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 596kcal, vet 23.2g, koolhydraten 56.9g, eiwit 35.4g



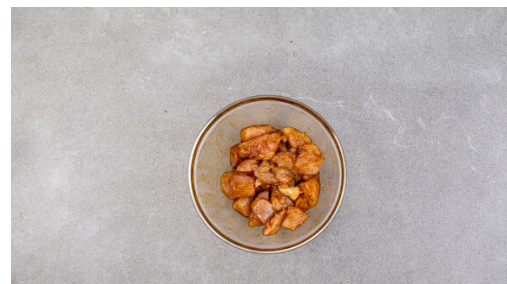
1. Zoete aardappel roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Snijd de **zoete aardappel incl. schil** in parten. Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1/2tl zout en 1el olijfolie. Spreid goed uit en rooster de **zoete aardappel** in 25-30min goudbruin en gaar in de oven.



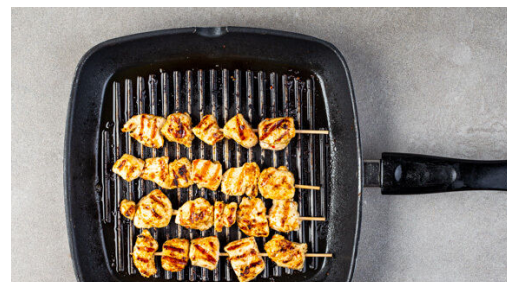
4. Salade voorbereiden

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Verwijder evt. de zaadlijsten. Pluk de **muntblaadjes** en hak ze grof. Hak de **koriander incl. steeltjes** ook grof.



2. Kip marineren

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Dep de **kipfilet** droog en snijd 'm in blokjes van ca. 2cm. Hussel om met de **limoenrasp**, het **limoensap**, **1/2tl komijn**, **1/2tl chilivlokken** (of meer maar houd iets over voor de dressing), 1/2tl zout en 1el olijfolie. Zet opzij. Halveer de **ui**, pel en hak **1 helft** fijn. Je hebt de **andere helft** niet nodig.



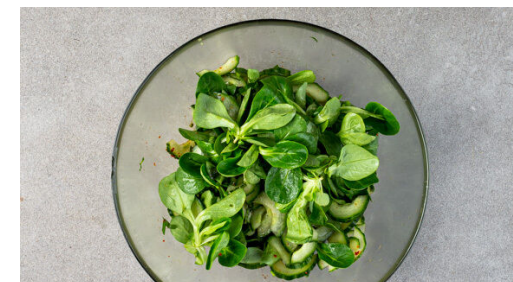
5. Kip grillen

Rijg de **kip** aan de **spiesjes**. Verhit een grote grillpan op hoog vuur en gril de **kipspiesjes** in 3-4min per kant goudbruin en gaar.



3. Chutney maken

Halveer de **passievrucht** en schep het **vruchtvlees** in een kleine kookpan. Voeg de **gehakte ui** ook toe, met **1 flinke snuf komijn**, 1tl suiker, 1tl azijn, 1tl olijfolie, 2-3el water en een flinke snuf zout. Doe een deksel op de pan en laat het geheel 7-10min op middelhoog vuur pruttelen, tot er een **chutney** ontstaat met een jam-achtige structuur.



6. Salade mengen

Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn, 1el water, 1/2tl zout en een **snuf chilivlokken**. Hussel de **komkommer**, **veldsla** en **verse kruiden** om met de **dressing**. Serveer de **kipspiesjes** en **salade** met de **zoete aardappel** en de **chutney**.