



Crispy kipstukjes met mosterd

met penne en prei in roomsaus



20-30min



2 personen

We zeggen het meteen maar eerlijk: krokante stukjes kip maken niet alleen kinderen, maar ook ons grote mensen heel erg blij. Dankzij het Japanse paneermeel panko is de kip aan de buitenkant lekker krokant, maar blijft het vlees van binnen mals. En deze kipnuggets worden nog lekkerder als je ze combineert met een snelle, romige pasta met prei en lekker veel kaas. Beter kunnen we het niet maken, en lekkerder ook niet.

Wat je van ons krijgt

- 250g penne ¹
- 1x kipfiletblokjes
- 1 kuipje grove mosterd ¹⁰
- 1 blokje harde kaas ⁷
- 1 prei
- 2 tomaten
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 50g panko ¹

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen
- grote koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp
- vergiet

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 1069kcal, vet 42.5g, koolhydraten 115.1g, eiwit 52.4g



1. Pasta koken

Kook genoeg zout water voor de **pasta** in een middelgrote kookpan. Voeg de **penne** toe en kook in 7-9min beetgaar. Giet af en doe de **pasta** terug in de pan.



4. Saus maken

Smelt 1el boter in een middelgrote kookpan en bak de **prei** in 2-3min glazig. Schenk 250ml water in de pan en voeg het **bouillonpoeder** toe. Kook de **bouillon** 3min. Voeg de **crème fraîche** toe en breng de **saus** aan de kook. Roer de **helft van de kaas** door de **saus** en proef of je nog zout en peper wil toevoegen.



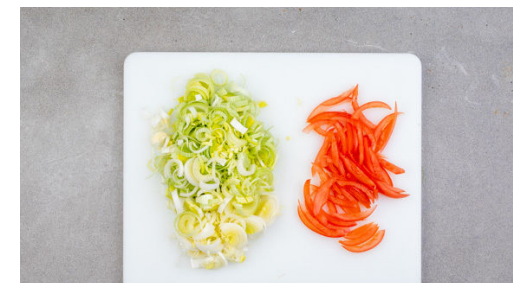
2. Kip marineren

Dep de **kip** droog. Meng het **vlees** met de **mosterd** en zet opzij om te marineren. Rasp de **kaas** fijn.



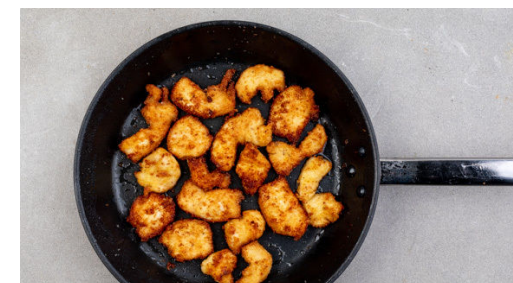
5. Kip paneren

Wentel de **kipstukjes** door de **panko**.



3. Groenten voorbereiden

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in dunne reepjes. Verwijder de zaadjes en harde kern van de **tomaten** en snijd ze in reepjes.



6. Kip braden

Verhit 2-3el olijfolie in een grote koekenpan en bak de **kip** in 2-3min per zijde goudbruin en gaar. Meng de **pasta** met de **saus** en breng evt. verder op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op en verdeel de **tomaat** en **kip** erover. Bestrooi met de **rest van de kaas**.