

DINNERLY



Kipfilet met gnocchi en rozemarijn met pastinaak en wortel



30-40min



2 personen

Verlang jij ook zo naar Italiaanse vakanties? Zon, wijn, Middeleeuwse piazza's met grote fontein? Met dit lekkere recept kunnen we thuis ook in Italiaanse sferen raken. De gnocchi bakken we in rozemarijnboter, wat al heel luxe voelt, en de smaak van de kip wordt versterkt door frisse citroen. Mmm, eigenlijk hoeven we niet eens op reis...

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 pastinaak
- 1 wortel
- 1 kipfilet
- 500g gnocchi ¹
- 1 citroen
- 10g verse rozemarijn

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 3-4el boter ⁷
- 1el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- dunschiller
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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

ALLERGENEN

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

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 843kcal, vet 27.8g, koolhydraten 99.8g, eiwit 44.4g



1. Groenten roosteren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schil de **pastinaak** en evt. de **wortel** en snij beide in staafjes van ca. 1cm breed en 3cm lang. Leg de **groenten** op een bakplaat met papier en meng er 1el olijfolie en een snuf zout doorheen. Bak de **groenten** 20-25min tot ze bruin beginnen te worden. Af en toe goed husselen.



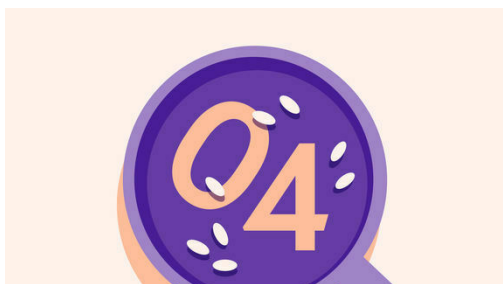
2. Kip bakken

Dep de **kip** droog met wat keukenpapier. Meng 1el bloem en een flinke snuf peper en zout op een bord en haal hier de **kip** doorheen. Verhit in een middelgrote koekenpan 1-2el olijfolie en bak het **vlees** op hoog vuur 3-4min per kant. Leg de **kip** naast de **groenten** in de oven en bak ca. 10min mee. Spoel de pan niet af – die gebruiken we direct weer.



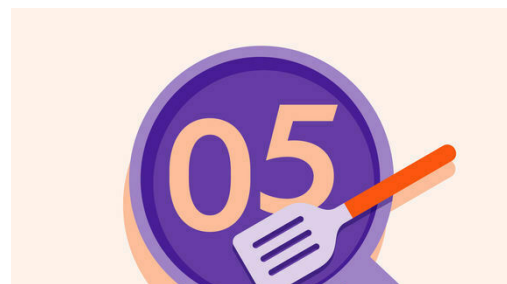
3. Ingrediënten voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende water voor de **gnocchi** aan de kook met een snuf zout. Rasp de **citroenschil** fijn en snij de **citroen** in parten. Pluk de **rozemarijn** van de steel. Pel 1 teen knoflook en snij deze in dunne plakjes.



4. Rozemarijnboter maken

Smelt op laag vuur 3-4el boter in de **kippan**. Roer 2-3el **rozemarijn**, de knoflook en een snuf zout erdoor en laat 3-5min bakken, tot de knoflook bruin wordt en de **rozemarijn** knapperig is. Voeg de **gnocchi** toe aan de pan met kokend water en kook 3-4min, tot ze naar boven komen drijven – dan zijn ze gaar. Giet de **gnocchi** af in een zeef of vergiet en laat uitlekken.



5. Afmaken en serveren

Voeg de **gnocchi** toe aan de **rozemarijnboter** en breng op smaak met een snuf peper en zout. Snij de **kipfilet** in plakken. Verdeel de **gnocchi** en de **groenten** over de borden en leg de **kip** erop. Bestrooi met **citroenrasp** en druppel er nog wat **rozemarijnboter** overheen. Serveren met de **citroenparten**.



6. Maar dan zonder boter

Wij vinden dit een heerlijk recept door die rijke rozemarijnboter. Maar als je geen zuivel mag of wil eten, kun je de boter vervangen door olijfolie. Ook hartstikke lekker!