

DINNERLY



Gebakken kipfilet en ovenfriet met gesmolten kaas en gele wortel



ca. 30min



2 personen

Dinnerly draait vandaag helemaal om comfort food! En wat is beter comfort dan zelfgemaakte friet uit de oven? Nou, gekruide aardappel- en wortelfrietjes met gesmolten kaas erop, natuurlijk! Daarbij bak je een malse, gepaneerde kipfilet en je maakt een kruidige dip. Schep snel op en geniet!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 netje kruimige aardappels
- 1 wortel
- 2 gele wortels
- 1 zakje aardappelkruiden
- 1 kipfilet
- 100g geraspte jongbelegen kaas⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el mayonaise³
- 1el tomatenketchup
- 1el bloem¹
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven
- 2 bakplaten met bakpapier
- middelgrote koekenpan

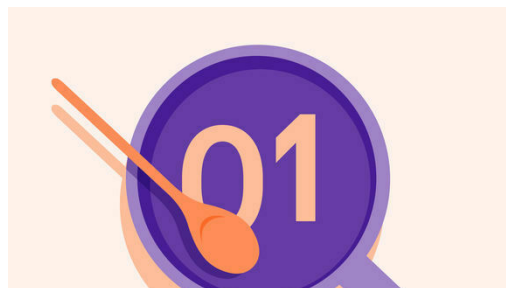
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

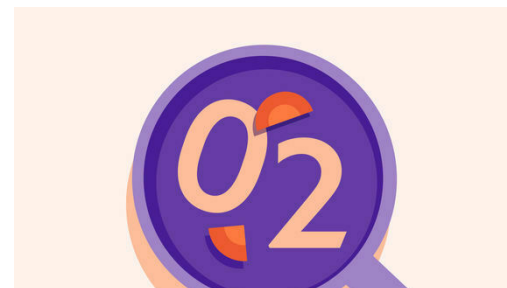
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 761kcal, vet 35.8g, koolhydraten 54.9g, eiwit 48.9g



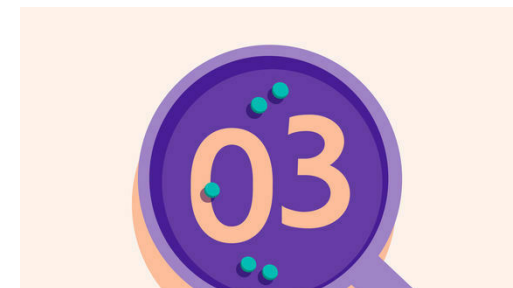
1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **aardappels mét schil** in frietjes van ca. 1cm. Schil of schrob de **wortels** en snij ze eveneens in frietjes.



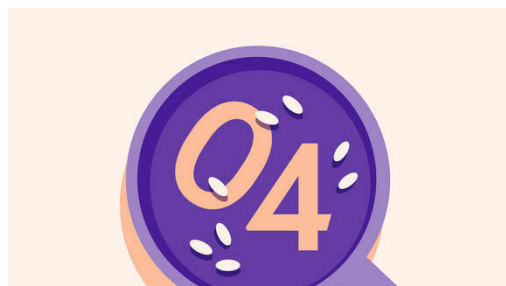
2. Frietjes bakken

Meng de **aardappels** en **wortel** met 1el olijfolie, de **helft van de kruidenmix** en een snuf peper en zout. Verdeel de **friet** over 1 of 2 bakplaten met bakpapier en zorg dat ze niet op elkaar liggen. Rooster de **groenten** 25-30min in de oven. Draai de **groenten** halverwege de baktijd om. Wissel, als je 2 platen gebruikt, de platen ook om zodat alles op hetzelfde tempo gaart.



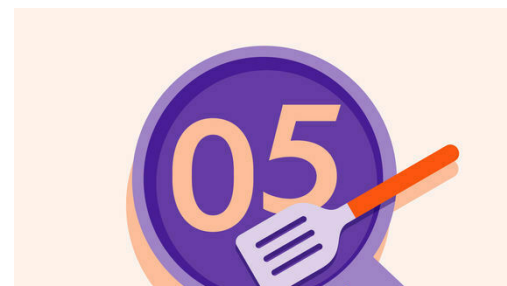
3. Vlees kruiden

Maak een **dip** van 2el mayonaise, 1el ketchup en de **rest van de kruidenmix**. Dep de **kip** droog met keukenpapier en snij in **2 platte filets**. Kruid de **filets** met een snuf peper en zout en wentel ze in een diep bord door 1el bloem.



4. Vlees bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie. Bak de **filets** 3-4min per kant op medium tot hoog vuur, tot ze goudbruin en gaar zijn.



5. Kaas smelten en serveren

Strooi als de **friet** nog 7-10min te bakken heeft de **kaas** erover en bak mee zodat de **kaas** goed smelt. Verdeel de **friet** en het **vlees** over de borden en serveer met de **dip**.



6. De beste friet

Zo maak je perfecte patat: snij de aardappels in plakken van ca. 1cm dik, stapel steeds een paar plakken op elkaar en snij ze ca. 1cm dik. Herhaal tot alles gesneden is. Op die manier krijg je mooi gelijkje frietjes.