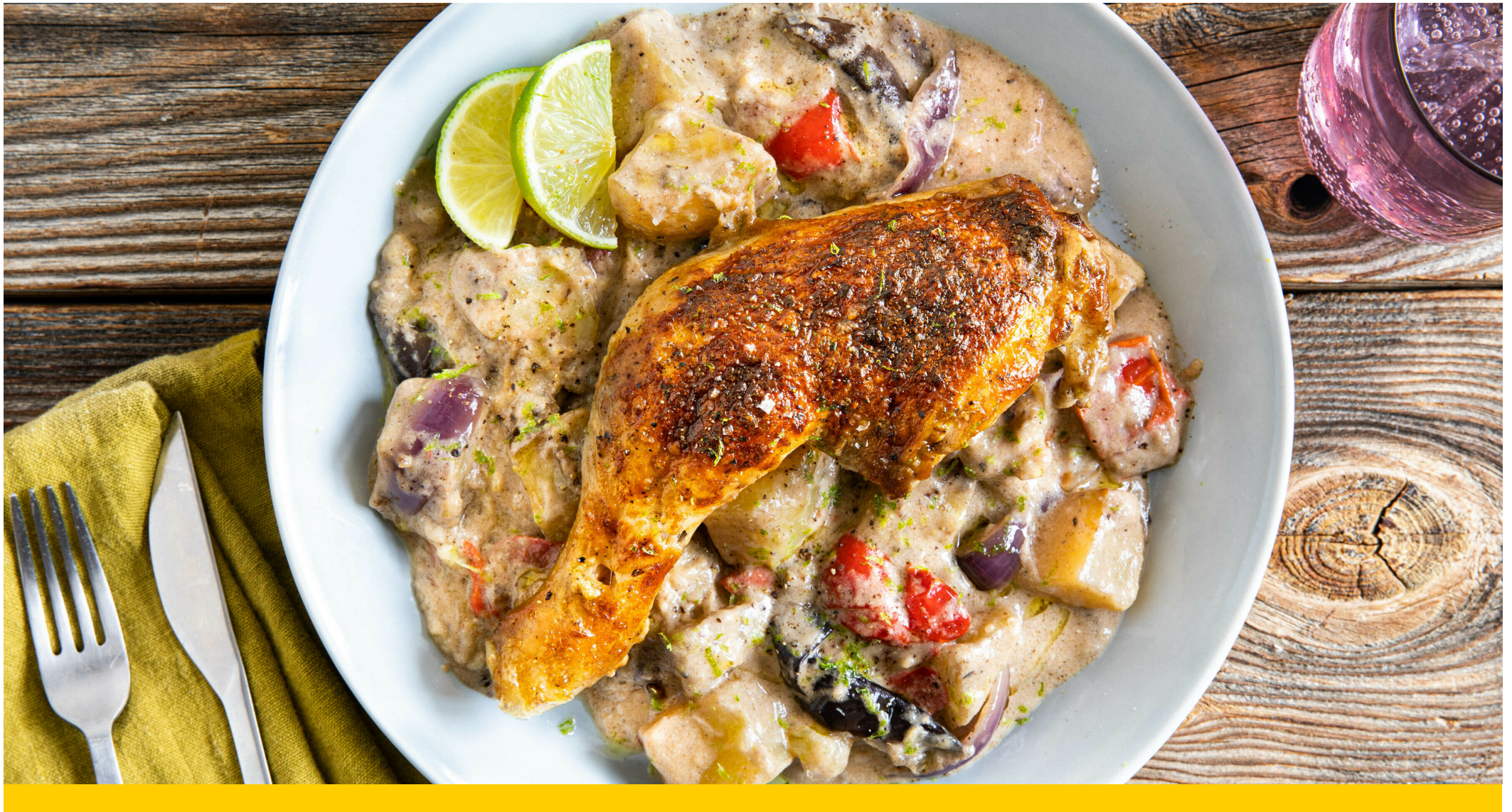




Winterspecial: massaman-kippenbout

met aardappels en aubergine



ca. 2u



2 personen

In de wintermaanden is er niets fijner dan een lekkere verwarmende curry. Vandaag maak je een massaman-geïnspireerd gerecht met aardappels in kokosmelk met gebakken aubergine, speculaaskruiden en garam masala. Als klapstuk serveer je er een heerlijke kruidige kippenbout bij. Je bent iets langer bezig, maar geloof ons: het is het waard.

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 aubergine
- 1 stukje verse gember
- 2 kippenbouten
- 1 zakje speculaaskruiden
- 1 zakje garam masala
- 1 netje vastkokende aardappels
- 1 rode paprika
- 1 pakje kokosmelk ⁷
- 1 zakje vissaus ⁴
- 1 limoen

Wat je thuis nodig hebt

- bloem ¹
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- grote koekenpan
- dunschiller
- maatbeker
- keukenrasp
- aluminiumfolie
- zeef of vergiet

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

Allergenen

gluten (1), vis (4), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1003kcal, vet 59.9g, koolhydraten 60.9g, eiwit 45.3g



1. Aubergine bakken

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Snijd de **aubergine** in de lengte doormidden en dan in plakken. Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el olie. Voeg de **aubergine** toe met een flinke snuf zout en bak de plakken in 4-6min rondom goudbruin. Neem uit de pan. Schil en hak de **gember** fijn.



4. Kip en groenten garen

Dek de ovenschaal af met aluminiumfolie en rooster ca. 40min in de oven. Verwijder de folie en rooster nog eens 35min, tot de **kip** goudbruin en gaar is. Bedruppel de **kippenbouten** regelmatig met de **sous**. Rasp de **limoenschil**, pers **1 limoenhelft** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



2. Kip aanbraden

Zet de gebruikte koekenpan terug op hoog vuur met nog 1el olie. Dep de **kippenbouten** droog en bestrooi ze met een snuf zout. Braad in ca. 3min per kant goudbruin aan en druk de **kip** daarbij tegen de bodem van de pan. Voeg de **gember** en **ui** toe en bak ca. 1min mee. Neem de pan van het vuur en schep alles om met de **speculaaskruiden** en de **garam masala**.



5. Sous inkoken

Neem de **kippenbouten** uit de ovenschaal en leg ze opzij. Schenk de **sous** door een zeef in de gebruikte koekenpan, roer er 1tl bloem door en breng het geheel aan de kook (doe de **aardappels** en **groenten** in de zeef terug in de ovenschaal). Laat de **sous** op hoog vuur 7-12min inkoken en proef dan of je nog zout en peper wil toevoegen.



3. Ovenschaal vullen

Schil de **aardappels** en snijd ze in grove stukken. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne reepjes. Doe de **aardappels** en **paprika** met de **gebakken aubergine** in een ovenschaal en leg de **kippenbouten** erop. Meng de **braadsappen** in de pan met de **kokosmelk**, **vissaus**, 300ml water en 1el (witte) azijn en schenk het **mengsel** in de ovenschaal.



6. Sous afmaken

Neem de koekenpan van het vuur en breng de **sous** op smaak met **1el limoensap** en **1tl limoenrasp**. Voeg de **groenten** en **aardappels** weer toe en warm kort op. Serveer de **kippenbouten**.