



Kipkluijfjes met ras el hanout

op parelcouscous met feta en munt



ca. 35min



2 personen

Wij zijn dol op kluiven! Zeker als we onze tanden in deze sticky kipkluijfjes met ras el hanout mogen zetten. Maar de rest van de maaltijd is ook niet mis: parelcouscous met groenten en tajinekruiden en een citroenige fetatopping met verse munt. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1x kipkluijfjes
- 1 zakje ras el hanout
- 2 stengels bleekselderij ⁹
- 1 wortel
- 1 ui
- 200g parelcouscous ¹
- 1 zakje tajinekruiden
- 50g feta ⁷
- 10g verse munt
- 1 citroen
- 1 zakje groene olijven

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- maatbeker

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 914kcal, vet 39.8g, koolhydraten 100.3g, eiwit 42.8g



1. Kipkluijfjes roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Dep de **kipkluijfjes** droog en wrijf ze in met de **ras el hanout**, 1el honing, 2el olijfolie en een snuf zout en peper. Verdeel de **kipkluijfjes** over een bakplaat met bakpapier en rooster ze 20-25min in de oven.



4. Groenten garen

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **ui** 3-4min en voeg dan de **wortel** en **bleekselderij** toe. Bak ca. 2min, voeg de **tajinekruiden** toe en bak ca. 30sec mee. Schenk 200ml water in de pan, breng het geheel aan de kook en laat 6-8min zachtjes koken, tot de **groenten** gaar zijn.



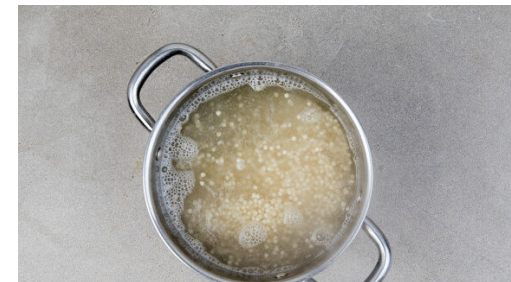
2. Groenten snijden

Snijd de **bleekselderij** in schijfjes. Schil of schrob de **wortel** en snijd 'm in schuine plakjes. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes.



5. Fetatopping maken

Verkruimel de **feta** en hak de **muntblaadjes** fijn. Halveer de **citroen**, pers **1 helft** uit en snijd de **andere helft** in parten. Meng de **feta** en **munt** met **1-2el citroensap** en een snuf zout en peper.



3. Parelcouscous koken

Voeg de **parelcouscous** toe zodra het water kookt, doe een deksel op de pan en draai het vuur middelhoog. Kook 8-10min, tot al het water is opgenomen en de **couscous** gaar is.



6. Couscous afmaken

Hak de **olijven** fijn en voeg ze met de **couscous** toe aan de koekenpan. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen. Serveer de **couscous** met de **kipkluijfjes**, top met de **feta** en geef de **citroenpartjes** erbij.