



Malse gegrilde kippendijen

met groentefriet en gestoofde venkel



40-50min



2 personen

Mmm, voor een lekker stukje kip kun je ons altijd wakker maken, zeker als de kip een krokant korstje heeft zoals in dit recept. Doordat je de kippendijen voor het grillen stooft in een sinaasappel-venkelbouillon, krijgt dit gerecht een echt warm, winters aroma. Friet van paarse wortel en aardappels uit de oven erbij en je bevindt je in een culinaire winterdroom. Fijne feestdagen!

Wat je van ons krijgt

• 9

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- bakpapier
- bakplaat
- dunschiller
- koekenpan
- maatbeker
- oven met grillfunctie
- ovenschaal

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

Allergenen

selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 870kcal, vet 43.8g, koolhydraten 57.0g, eiwit 54.9g



1. Venkel voorbereiden

Verwarm de oven voor op 180°C. Breng 250ml in een waterkoker aan de kook. Verwijder de stronk en harde kern van de **venkel** en snijd hem in de lengte in brede repen. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne halve ringen. Pel en hak de **knoflook** grof. Halveer de **sinaasappel**. Pers **een helft** uit. Snijd de **andere helft** in partjes en halveer ze.



4. Venkel bakken

Verhit de gebruikte pan op middelhoog vuur en bak de **ui**, evt. met een extra scheutje olie, in 2-3min zacht. Voeg de **knoflook** toe en bak 1min mee. Voeg de **venkelreepjes** toe, zet het vuur dan middellaag en bak al regelmatig roerend 5-7min totdat de **venkelreepjes** zachter beginnen te worden.



2. Groenten roosteren

Schil evt. de **wortels** en boen de **aardappels** goed schoon. Snijd de **wortels** en **aardappels** in dikke, lange frieten. Verdeel de **groentefriet** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 2el olijfolie, peper en zout. Bak 20-25min in de oven totdat de **groenten** gaar zijn.



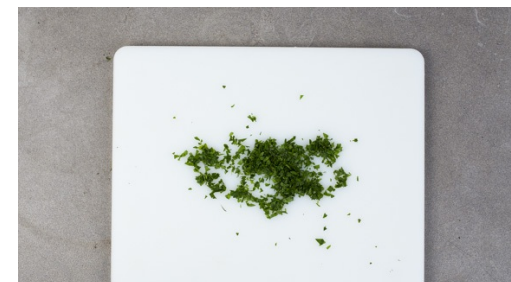
5. Kippendijen afmaken

Giet de **bouillon** en het **sinaasappelsap** bij de **venkel** en verdeel de **tijmtakjes** en **sinaasappelpartjes** erover. Laat nog 1-2min sudderen. Leg de **kippendijen** met de huidkant omhoog bovenop de **venkel**. Zet de pan in de oven onder de **groentefriet** en bak ca. 15-20min tot de **kip** gaar is. *Tip: gebruik een ovenschaal als je geen vuurvaste pan hebt.*



3. Kippendijen aanbraden

Verhit intussen 1el olijfolie in een grote koekenpan en plaats de **kippendijen** met de huidkant naar onderen in de pan. Bak ca. 4min tot het vel goudbruin kleurt. Keer de **kip** om en bak nog eens 2min op de andere kant. Haal de **kip** uit de pan en laat op een bord rusten. Veeg de pan niet schoon. Los het **bouillonblokje** in het bij stap 1 gekookte water op.



6. Peterselie hakken

Hak intussen de **peterselie** zonder de harde steeltjes fijn. Zet de pan of schaal met **kip** helemaal bovenin de oven en zet de grill aan. Rooster 1-2min totdat de huid van de **kip** krokant is. Verwijder de **tijmtakjes** en schep de **venkel** op de borden. Leg de **kippendijen** erbovenop. Serveer met de **groentefriet** en bestrooi met de **gehakte peterselie**.