



Kip Recepten

Kippenbouten met limoen en gebakken krieltjes

- Aantal personen: 4
- Voorbereidingstijd (min): 15
- Bereidingstijd (min): 55

Ingrediënten

- 4 enkele kipfilets
- zout
- peper
- 1 ui
- Boter - Vloeibaar
- 1 glas witte wijn
- 0.5 blokje Knorr Kippenbouillon
- 2 dl Blue Band Finesse voor Koken



Bereiding

Spoel de filets vlak voor het bakken af onder de koude kraan, dep ze droog met keukenpapier en bestrooi ze met peper. Pel en snipper de ui heel fijn.

Verwarm op hoog vuur een flinke scheut Croma Mild met Olijfolie - Vloeibaar in een koekenpan en wacht tot de Croma bruin wordt. Bak nu de kipfilets in 3 minuten aan beide kanten lichtbruin.

Draai het vuur lager en braad de kipfilets in 10 minuten bijna gaar. Haal ze even uit de pan. Bak de uisnipers 2 in dezelfde pan.

Voeg de wijn en het halve bouillonblokje toe en roer tot het blokje is opgelost. Leg de kipfilets erin en laat ze in een afgesloten pan in ongeveer 5 minuten verder gaar worden.

Neem het vlees uit de pan en zet het vuur weer hoog. Roer de Finesse voor Koken door het wijnmengsel en laat de saus een paar minuten koken. Laat het deksel van de pan, zodat het vocht kan verdampen en de saus iets dikker wordt.

Bestrooi de kipfilets met zout en serveer ze. Geef de saus er apart bij. Lekker met gebakken aardappelballen.

Kipfilet in witte wijn-roomsaus

- Aantal personen: 4
- Bereidingstijd (min): 25

Ingrediënten

- 4 kippenbouten
- 4.5 eetlepels Vloeibare boter
- 750 g voorgekookte krielaardappeltjes
- 0.5 limoen



Bereiding

Haal de kip minimaal 15 minuten van te voren uit de koelkast.

Bestrooi de kip met zout en peper naar smaak. Verhit 3 eetlepels van de Croma in een ruime pan.

Bak de kip eerst op de velkant en bestrooi de onderzijde ook met peper en zout naar smaak. Beweeg de kippenbouten regelmatig over de bodem van de pan. Keer de kip, als het velkant mooi goudbruin is, met een vleestang en bak ook de ander kant mooi bruin. Lepel tijdens het bakken een paar juslepels van het bakvet over de kip (arroseren) dan krijg de kip een mooi bruin en krokant korstje.

Zet het vuur lager en laat de kip met de deksel schuin op de pan in ± 45 minuten langzaam doorgaren.

Verhit 25 minuten voor het einde van de bereidingstijd 1 ½ eetlepel Croma in een koekenpan met antiaanbaklaag. Bak de krieltjes rondom mooi goudbruin.

Boen de schil van de limoen schoon en snijd de vrucht in partjes.

Neem de kippenbouten uit de pan en leg ze in een schaal. Laat ze afgedekt met aluminiumfolie 10-15 minuten rusten.

Lentepasteitje met kip

- hoofdgerecht
- 4 personen
- 25 min, wachten 10 min

Ingrediënten

- 500 g kipfilet
- 1 liter kippenbouillon (van 1 tablet)
- 1 doos pasteibakjes (4 stuks)
- 1 pak sperziebonen (450 g, diepvries)
- 300 g tuinerwten (pak 450 g, diepvries)
- 100 g boter
- 80 g bloem
- 1/2 bakje zuivelspread light bieslook (a 150 g)



Bereiden

1. Verwarm de oven voor op 175 °C. Breng de kipfilet in de bouillon aan de kook. Kook de kipfilet in 10 min. op laag vuur gaar. Neem het vlees uit de pan en laat de bouillon afkoelen.
2. Verwarm de pasteibakjes volgens de aanwijzingen op de verpakking. Doe de bevroren groenten met 3 el water in een magnetronschaal. Dek de schaal af met de deksel (of magnetronfolie) en stoom de groenten in de magnetron op 800 watt in 8-10 min. gaar. Neem uit de magnetron en roer er 25 g boter door.
3. Snijd ondertussen de kipfilet in stukjes. Smelt voor de ragout de rest van de boter in een pan met dikke bodem. Voeg de bloem toe en bak 2 min. mee. Schenk al roerende langzaam 750 ml kippenbouillon erbij en roer tot een gladde ragout. Voeg de kip, de zuivelspread en peper en zout naar smaak aan de ragout toe. Verwarm nog enkele min. op laag vuur.
4. Zet de pasteibakjes op 4 borden en schep de kippenragout erin. Serveer met de groenten. Lekker met fijngesneden verse bieslook.

Kip met tuinkruiden

- hoofdgerecht
- 4 personen
- 90 min, voorbereiden 30 min, wachten 15 min
- kindvriendelijk

Ingrediënten

- 1 hele kip (1.4 kg), op kamertemperatuur
- 2 sneetjes witbrood, zonder korst
- 1 bakje platte peterselie (20 g), fijngesneden
- 1 bakje bieslook (25 g), fijngesneden
- 3 tenen knoflook, fijngesneden
- 125 g boter, op kamertemperatuur



Materialen

- broodrooster, ovenvaste braadpan

Bereiden

1. Verwarm de oven voor op 175 °C. Verwijder het elastiek van de kip. Bestrooi de kip met peper en zout.
2. Rooster het brood in de broodrooster. Verkruimel en meng met de peterselie, bieslook, knoflook, 50 g boter en peper en zout. Vul hiermee de holte van de kip.
3. Verhit 75 g boter in de braadpan en bak de kip in 10 min. rondom goudbruin. Zet de pan ca. 1 1/2 uur in het midden van de oven. Bedruip de kip elke 20 min. met het bakvet. Keer na 1 uur. Controleer daarna regelmatig op gaarheid.
4. Neem de kip uit de oven, bedek met aluminiumfolie en laat 15 min. rusten. Lekker met gebakken aardappelen en gekookte bospeen.

w