

MARLEY SPOON



Kipspiesjes met perzik en zoetzure komkommer-couscoussalade

 30-40min  2 personen

Deze heerlijke kipspiesjes met harissa - een specerijenmelange uit Tunesië - zijn een terechte winnaar! Je combineert de pittige harissa met sappige perziken voor een zoet-spicy hit. Schijnt de zon? Haal de BBQ gauw uit de schuur en grill de kipspiesjes op de hete grill. Zien de wolken er toch erg dreigend uit? Breng dan de zomerse sferen naar de keuken en gebruik een koekenpan of grillpan.

Wat je van ons krijgt

- kippendijfilet
- kippenbouillonblokje⁹
- perzik
- limoen
- harissa
- rode paprika
- verse kruidenmix: peterselie & munt
- radijsjes
- couscous¹
- houten satéprikkers
- komkommer
- bosui

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

Kookgerei

- grillpan of grote koekenpan
- maatbeker
- waterkoker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Bak de spiesjes op de BBQ! Laat de houten satéprikkers eerst 10min in lauwwarm water weken zodat ze niet versplinteren.

Allergenen

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

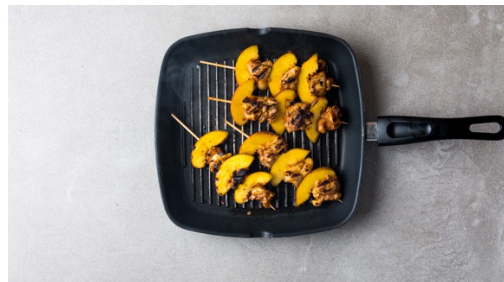
Voedingswaarde per portie

calorieën 680.0kcal, vet 22.4g, eiwit 31.9g, koolhydraten 79.6g



1. Kip en perzik bereiden

Verwijder evt. overtollig vet en snijd de **kippendijfilets** in 6 stukken, doe ze in een kom en breng op smaak met peper en zout. Snijd de **perzik** rondom tot de pit in en draai de helften open. Wrik de pit eruit en snijd **elke perzikhelft** in 6 partjes. Doe de **perzik** met 1el olie, de **harissa** naar smaak bij de **kipstukjes** en hussel om. Laat 5min marineren.



4. Spiesjes bakken

Maak **spiesjes** door om en om **perzikplakjes** en **kipstukjes** aan de **satéprikkers** te rijgen. Verhit een grillpan of grote koekenpan op middelhoog vuur. Leg de **spiesjes** erin, zorg ervoor dat het **vlees** de pan raakt en bak rondom 5-8min totdat de **kip** bruin en gaar is. Zet het vuur evt iets lager. Neem de pan van het vuur en besprenkel de **spiesjes** met **1-2el limoensap**.



2. Couscous wellen

Breng 250ml water in een waterkoker aan de kook. Doe het gekookte water in een middelgrote kookpan of hittebestendige kom, verkruiemel de **helft van het bouillonblokje** erboven en roer om op te lossen. Voeg de **couscous** toe, roer door en laat afgedekt met een deksel 8-10min staan. Roer de **couscous** met een vork luchtig. Zet opzij om af te koelen.



5. Salade voorbereiden

Halveer intussen de **paprika**, verwijder de zaden en zaadlijsten en snijd in 1cm grote stukjes. Verwijder de **radijsblaadjes**, snijd de **radijsjes** in schijfjes. Hak de **munt** en **peterselie** zonder steeltjes grof. Snijd de **bosui** schuin in ringen. Meng de **groenten**, **bosui** en **gehakte kruiden** met de **couscous** in een kom.



3. Komkommer marinieren

Snijd intussen de **komkommer** in de lengte doormidden. Snijd **een helft** in halve maantjes. Snijd de andere helft in 1cm grote stukjes. Pers de **limoen** uit. Doe de **komkommermaantjes** met **1el limoensap**, 2-3el azijn, 1tl zout en 2tl suiker in een kom. Hussel om en zet opzij om te marinieren.



6. Salade afmaken

Voeg de **gemarineerde komkommermaantjes** met het **zoetzure sap** aan de **couscoussalade** toe, hussel om en breng op smaak met peper en zout. Schep op en serveer de **spiesjes** met de **salade**.