



Rijke pastaschotel met kip

met een stevige groentesaus



30-40min



2 personen

Als het aan ons ligt, mag deze super makkelijke ovenschotel wel elke week op het menu staan! Terwijl je de pasta beetgaar kookt, maak je een groentesaus met geraspte wortel, bleekselderij en ui, een klassieke combinatie van groenten die garant staat voor een saus vol smaak. Verstopt onder een laagje sappige kipstukjes en broodkruim is deze schotel een gerecht waar groot en klein blij van worden!

Wat je van ons krijgt

- 9
- 12
- 1
- 7
- 1

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- grote koekenpan
- keukenrasp
- kleine koekenpan
- middelgrote kookpan
- oven
- ovenschaal
- vergiet

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), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 750kcal, vet 20.0g, koolhydraten 97.4g, eiwit 38.7g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C hetelucht/220°C. Breng voor de **conchiglioni** een middelgrote kookpan met water aan de kook. Pel en hak de **ui** fijn. Rasp de **wortel** grof en snijd de **bleekselderij** in 0,5-1cm grote stukjes.



4. Kip bakken

Verhit 1el olijfolie in een middelgrote koekenpan op hoog vuur en bak de **kip** 2-3min tot deze aan de buitenkant goudbruin is (hij hoeft nog niet helemaal gaar te zijn). Schep de **kip** uit de pan.



2. Saus starten

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de **groenten** toe en bak 3min tot ze wat zachter zijn. Voeg dan de **tomatenpassata** en 100ml water toe, breng aan de kook en laat 5min. op laag vuur doorsudderen. Voeg daarna de **Italiaanse kruidenmix** en 1tl suiker toe.



5. Pasta gratineren

Giet de **pasta** af en vang 1 kopje kookwater op. Roer de pasta door de saus en wat van het kookwater toe, tot het sauzig is. Breng op smaak met zout en peper. Verdeel de **pasta** over de ovenschaal. Leg de **kip** erop. Rasp de **kaas** fijn en meng met het **paneermeel**. Bestrooi de **schotel** met het **kruim** en bak 10min bovenin de oven tot de **korst** goudbruin is.



3. Kip marineren

Kook de **pasta** in 5min bijna gaar. Meng intussen in een kommetje de **kipstukjes** met de **witwe bolte chicken spices**.



6. Tomatensalade maken

Halveer intussen de **cherrytomaten** en meng ze in een kom met de **balsamicoazijn**, 1el olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Geef de **salade** naast de **pastaschotel**.