
Pastinaak-kipschotel

met knapperige bacon en ahornsiroop



Cooking Time



2 personen

Wat je van ons krijgt

- yoghurt ⁷
- spekjes
- grove mosterd ¹⁰
- ahornsiroop
- ui
- verse kruidenmix: peterselie & tijm
- kipfilet
- rode biet
- pastinaak

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- bakplaat met bakpapier
- dunschiller
- oven

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

Allergenen

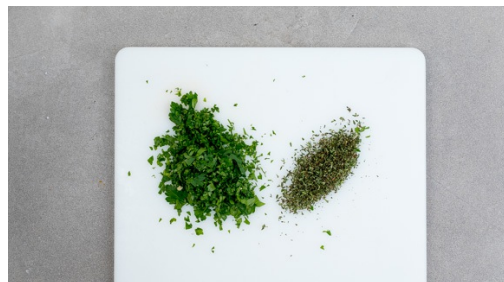
melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Snijd de uiteinden van de **pastinaken**. Snijd de **pastinaken** in de lengte doormidden en dan in ca. 1,5cm dikke, vingerlange stukken. Schil de **rode bieten** en snijd ze in net zo grote stukken. Pel de **ui** en snijd hem in 8 partjes.



4. Kruiden snijden

Hak de **peterselie** fijn. Pluk de **tijmblaadjes**, hak ze eventueel fijn en doe de steeltjes weg.



2. Kip snijden

Dep de **kipfilet** droog en snijd hem in de lengte in twee dünnere **filets**. Wrijf ze in met olijfolie, zout en peper



5. Spek en kruiden toevoegen

Voeg dan de **partjes ui** en **tijm** aan de bakplaat met **groenten** en **kip** toe en schuif alles opzij zodat je voldoende ruimte op de bakplaat hebt. Verdeel hier de **spekjes** over en besprenkel ze met **ahornsiroop**. Bak alles nog 10-15min in de oven tot de **ui** gaar is en de **spekjes** krokant zijn. Schep de **spekjes** halverwege om.



3. Kip en groenten roosteren

Verdeel de **pastinaak** en **rode bieten** over een bakplaat met bakpapier. Besprenkel met 2el olijfolie en bestrooi met zout en peper. Hussel de **groenten** om en rooster ze 10min in de oven. Leg na 5min de **kipfilets** bovenop de **groenten**.



6. Saus maken

Meng de **mosterd** en de **yoghurt** met zout en peper in een kommetje. Hussel de **geroosterde groenten** en **kip** om met de **gehakte peterselie**. Schep de **groenten** en **kip** over de borden en verdeel de **spekjes** erover. Serveer met een schepje van de **yoghurt-mosterdsaus**.