
Kip-saltimbocca

met geroosterde citrusgroenten



Cooking Time



Voor 3-4 personen

Wat je van ons krijgt

- spekplakjes
- kipfilet
- vaskokende aardappels
- verse salie
- citroen
- venkel
- amandelschaafsel ¹⁵
- knoflook
- pastinaak

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- bakplaat met bakpapier
- dunschiller
- middelgrote koekenpan
- oven

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

Kooktip

Je kunt zien of de kip gaar is door hem een beetje in te snijden

Allergenen

noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Aardappels voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Schil en snijd de **aardappels** en **pastinaken** in schijfjes. Snijd de stonk en het loof van de **venkels**. Snijd de **venkels** in de lengte doormidden en vervolgens in dunne plakken.



2. Groenten roosteren

Leg de **aardappels**, **pastinaak** en **venkel** op 2 bakplaten met bakpapier en besprenkel met 1-2el olijfolie en bestrooi met 1/2tl zout en peper. Hussel alles goed om. Snijd de **citroen** in schijfjes, leg ze erbij en rooster de **groenten** in ca. 25min gaar en goudbruin.



3. Amandelen roosteren

Verhit intussen een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster het **amandelschaafsel** in 1-2min goudbruin. Let op: het **schaafsel** kan snel verbranden! Neem het **schaafsel** uit de pan en zet opzij.



4. Kip in spek wikkelen

Pluk de **salieblaadjes** en doe de steeltjes weg. Dep de **kipfilets** droog en leg de **salieblaadjes** bovenop de **kipfilets** en wikkel vervolgens **2 spekplakjes** om elke **kipfilet**. Snijd de **knoflookteen** doormidden (je hoeft hem niet te pellen!).



5. Kip-saltimbocca bakken

Verhit de koekenpan op middelhoog vuur en voeg 1el olijfolie toe. Leg de **knoflookhelften** met de snijkant naar onder in de pan. Leg de **kipfilets** in de pan en bestrooi de bovenkant met een snuf zout. Bak de **kip** om en om ca. 10 minuten totdat de **kip** gaar is (**zie kooktip, links**). Zet het vuur iets lager als de **kip** te donker wordt. Doe de knoflook weg.



6. Kip snijden

Neem de bakplaat met **groenten** uit de oven en pers de **citroen** boven de **aardappels** en **pastinaak** uit. Snijd de **kip-saltimbocca** schuin in dikke plakken. Schep de **groenten** op, leg de **kip** erbovenop en bestrooi het geheel met **amandelschaafsel**.