

Krokant gefrituurde kip

Bereiden in: pan
Voorbereiding: 10 min.
Bereiding: 40 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 1 kip van ca. 1,5 kg
- zout
- 2 eieren
- 100 g bloem
- 100 g verkruimeld grof bruinbrood
- olie om te frituren
- 1 citroen
- gladde peterselie

Voedingswaarde

- 895 kcal / 3760 kj
- 58 g vet
- 56 g eiwit
- 37 g koolhydraten
- 1 g vezels

Wist u dit

Kippenvlees bevat weinig vet en is rijk aan eiwit. De smaak van de kip hangt af van het voer dat de dieren eten. Scharrelkippen hebben de beste smaak.

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Krokant gefrituurde kip

Bereiding

1. Verdeel de kip, bijvoorbeeld met een wildschaar, in twaalf stukken. Wrijf de stukken goed in met zout. Klop in een kom de eieren los.

2. Wentel de stukken kip door de bloem. Klop overtollige bloem eraf en wentel de kip vervolgens eerst door het ei en dan door de broodkruimels. Verhit de olie in een wok op 190 °C.

3. Frituur de stukken kip in porties ca. 15 min. in de hete olie tot ze goudbruin zijn. Laat ze op keukenpapier uitlekken. Houd de kip afgedekt in een voorverwarmde oven van 50 °C warm tot alle stukken kip gefrituurd zijn.

4. Snijd de citroen in partjes. Serveer de stukken met de partjes citroen en takjes peterselie.

Kooktips

De olie is heet genoeg als een blokje witbrood dat u in de olie doet, in 30 sec. goudbruin en knapperig is. Variatie U kunt de stukken kip ook inwrijven met mild paprikapoeder of met zogenoemde citroenpoeder.

Serveren

Serveer er frietjes of gebakken aardappelen bij, en geef er crème fraîche bij, die u op smaak brengt met kruiden.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten