

Hongaarse paprikakip

Bereiden in: Pan of wok

Voorbereiding: 10 min.

Bereiding: 35 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 1 grote ui
- 1 rode paprika
- 500 g rijpe romatomaten
- 4 kippenbouten
- zout, zwarte peper
- 50 g bloem
- 2 el zonnebloemolie
- 1 tl mild paprikapoeder
- 1 el tomatenpuree
- 225 ml kippenbouillon
- gladde peterselie om mee te garneren

Voedingswaarde

- 360 kcal, 1510 kJ
- 22 g vet
- 25 g eiwit
- 16 g koolhydraten
- 3 g vezels

Wist u dit

Paprikapoeder is een van de belangrijkste specerijen van de Hongaarse keuken. Het is in verschillende gradaties van scherpte te verkrijgen.

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



Hongaarse paprikakip

Bereiding

1. Pel de ui en rasp fijn. Maak de paprika schoon, was hem en snijd in dunne reepjes. Was de romatomaten en snijd ze in stukken. Breng de kippenbouten op smaak met zout en peper en wentel ze door de bloem.

2. Verhit de olie in een pan of wok. Braad daarin de kippenbouten aan elke kant ca. 2 min. goudbruin. Neem ze uit de pan en houd ze warm.

3. Doe de ui en paprika in het braadvet en bak ze ca. 4 min. Voeg de kippenbouten toe en bestrooi met paprikapoeder. Voeg tomaten, -puree en bouillon toe en breng op smaak.

4. Doe de deksel op de pan en laat 10-25 min. zachtjes koken tot de kippenbouten goed gaar zijn. Breng ze op smaak en bestrooi met peterselieblaadjes. Serveer de papikakip met gekookte rijst.

Kooktips

De kippenbouten zijn gaar als het vleesvocht wat er uit loopt als u met een scherp met in het dikste deel prikt, mooi helder van kleur is.

Serveren

U kunt dit gerecht ook serveren met tagliatelle, die u met wat boter vermengt. Geef er een glas rode wijn bij te drinken.