Image not found
https://www.sameneenkoekopen.nl/uploads/images/recept/

Bereiden in: koekenpan
Voorbereiding: 15 min.
Bereiding: 15 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 400 g kippendijvlees (of kipfilet), in blokjes-250 g champignons, in plakjes-2 rode paprika's, in reepjes-1 rode ui, fijngesnipperd-2 teentjes knoflook, fijngehakt-2 el olijfolie-1tl gerookt paprikapoeder-1 tl chilivlokken (meer of minder naar smaak)-1 tl oregano-1 blik tomatenblokjes (400 g)-150 ml kookroom of crème fraîche-300 g orzo-
- 500 ml kippenbouillon-Zout en peper naar smaak-Verse peterselie of basilicum om te garneren

Voedingswaarde

-

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

Image not found
https://www.sameneenkoekopen.nl/uploads/images/recept/

Bereiding

1. Orzo koken: Kook de orzo volgens de aanwijzingen op de verpakking in de kippenbouillon. Giet af, maar houd wat kookvocht achter.
2. Kip bakken: Verhit de olijfolie in een grote pan en bak de kipblokjes goudbruin. Haal ze uit de pan en zet apart.
3. Groenten en kruiden: Fruit in dezelfde pan de ui en knoflook. Voeg champignons en paprika toe en bak 3 minuten mee. Strooi paprikapoeder, oregano en chilivlokken erbij.
4. Saus maken: Doe de kip terug in de pan en voeg de tomatenblokjes toe. Laat 10 minuten zachtjes pruttelen. Roer dan de room of crème fraîche erdoor en warm goed mee tot de saus mooi romig is.

Kooktips

* Panversie (zoals hierboven) Alles wordt in één pan bereid. Sneller klaar (± 30 minuten). De saus blijft romig en zacht, de kip en groenten behouden hun sappigheid. * Ovenversie Na het maken van de saus gaat het gerecht in een ovenschaal. Bestrooi met geraspte kaas (bijv. mozzarella of Parmezaan) en eventueel wat paneermeel. Zet 15–20 minuten in een voorverwarmde oven (180°C). Je krijgt een goudbruine, krokante korst bovenop en de smaken trekken nog dieper in. Voordeel ovenversie: feestelijker, ideaal als ovenschotel voor meerdere personen. Voordeel pan versie: sneller, perfect voor doordeweeks.

Serveren

Meng de orzo door de saus of serveer ernaast. Garneer met verse peterselie of basilicum.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten