

“Food for Thought” dinsdag 13 september 2011

Locatie: keukentafel Hansink & De Looper

Recept Coq au vin voor 6 personen

2 tot 3 stukken kip per persoon (niet te groot, drumstick o.i.d. geen kipfilet)

250 gram magere gerookte spekblokjes

250 gram sjalotjes of zilveruitjes

250 gram kleine champignons

250 gram worteltjes

250 gram peultjes

Halve fles rode wijn (dezelfde die je erbij drinkt)

Halve liter kippenbouillon (van een blokje)

2 tenen knoflook

2 laurierbladen

Bosje tijm

Peper

Zout

Olie of boter

Bosje bladpeterselie.

Bereiding:

Marineer de kip een aantal uren in de rode wijn, knoflook, laurier, wat peper en de helft van de tijmblaadjes. Bak de spekjes krokant en bak de gepelde sjalotjes of zilveruitjes in het spekvet, haal de uitjes uit het vet als ze een beetje gekleurd zijn, bak daarna de champignons in het overgebleven vet. Neem de kip uit de marinade en dep een beetje droog. Bak de kip aan, de kip ziet paars en hoeft maar even aangebakken te worden, in een beetje olie of boter. Zeef de marinade en kook de marinade samen met de kippenbouillon in (houdt ongeveer de helft van het vocht over). Verwarm de oven voor op 150 graden. Doe spekjes, uitjes, champignons, kip en de rauwe worteltjes in de ovenschaal, meng een beetje door elkaar en bestrooi met wat zout en peper en de rest van de tijm, giet de marinade over het mengsel. Plaats in de oven voor tenminste 1,5 uur, wat langer kan ook maar houdt dan wel de oventemperatuur in de gaten. Stoom 10 minuten voor het opdienen de peultjes even (niet te gaar) en hak de peterselie. Meng voor het opdienen de peultjes door de schotel en strooi de peterselie erover.

Eet smakelijk, Margreet & Anne