

“Food for Thought” dinsdag 12 maart 2019

Locatie: keukentafel Hansink & De Looper

Recept Kippendijen met ras el hanout uit de oven

8 personen

1 kilo kippendijen
Halve winterpeen in kleine blokjes
3 stengels bleekselderij in kleine blokjes
2 middelgrote uien in blokjes gesneden
2 tomaten in blokjes gesneden
1 kippenbouillon tablet
2 eetlepels ras el hanout
Een flinke scheut olijfolie mild
Zout en peper

Bereiding

Bak alle ingrediënten exclusief de kip, en houd wat ras el hanout en olie achter. Voeg wat water en het bouillonblokje toe en laat dit mengsel ongeveer 20 minuten smoren. Breng de gesmoorde groenten over in een ovenschaal. Plaats de kippendijen op de groenten en bestrooi met ras el hanout en zout en peper. Besprenkel met nog wat olie en bak de kip gaar in een oven van 180 graden, ca 40-45 minuten.

Eet smakelijk, Margreet & Anne