

Traybake van Cajun-kip,

met preigroen en wortel; aardappelprei rösti, yoghurtsaus met dragon & mosterd

Menugang
Hoofdgerecht

Aantal personen
4 personen

Bereidingstijd
35 minuten

Benodigdheden
Kookplaten
Ovens

Ingrediënten

Rösti

- 150 gr aardappelen
- 0,5 prei
- 1 teen knoflook
- 1 ei
- 3 el bloem
- peper & zout

Kip en wortel

- 4 kippendij met zout & 2 el Cajun-kruiden
- groen van 0,5 prei
- 2 stuks winterpeen

Yoghurtsaus

- 2 el (dikke) yoghurt
- 1 el crème fraîche
- 1 el (grove) mosterd
- 1 tak dragon
- sap van 1/4 citroen
- peper & zout

Bereidingswijze

Yoghurtsaus

1. Meng alle ingrediënten, proef en breng op smaak met peper & zout.

Rösti

1. Rasp de schone aardappel grof en meng met het fijngesneden wit van de prei.
2. Doe in een bak en meng met de gehakte knoflook, de bloem, het ei en peper & zout.
3. Bak de rösti in een koekenpan met olie mooi goudbruin en hou desnoods warm in de oven (stand: warmhouden) tot de rest klaar is.

Kip & wortel

1. Verwarm de oven op 220° C grill met circulatielucht.
2. Leg een vel bakpapier op de bakplaat.
3. Snij het groen van de prei en de wortel in stukken van circa 1 cm.
4. Meng goed met olie en peper & zout.
5. Leg de kip er met de kerntemperatuurmeter in het dikste deel van de kip.
6. Bak de groenten met de kip 16-18 minuten tot een kerntemperatuur van 70-75° C.

Serveren

1. Schik de kip naast de rösti en de geroosterde groenten op het bord.
2. Maak af met de yoghurtsaus en wellicht nog een slinger olijfolie en snuf peper uit de molen.
3. Garneer met wat fijngesneden bosui en/of peterselie.