

Krokante, pikante kippendij, *met risotto plus prei, citroen & dragon*

Menugang
Hoofdgerecht

Aantal personen
4 personen

Bereidingstijd
50 minuten

Benodigdheden
Kookplaten
Ovens
Stoomoven

Ingrediënten

Kippendij

- 4 kippendijen
- 4 el. Zonnebloemolie
- paar takjes tijm, gerist
- 1 tl chili-vlokken
- bloem, ei, panko (Japans) paneermeel
- peper & zout

Risotto

- 2 kopjes risottorijst
- 5 kopjes water (of groentebouillon)
- 1 prei
- 1 middelgrote ui
- 1 teen knoflook
- 0,5 glas droge witte wijn
- blaadjes van 1 à 2 takjes dragon
- 40 gr boter
- 40 gr Parmezaanse kaas, geraspt
- 1 el sap van citroen
- 2 el pompoenpitten

Bereidingswijze

Risotto

1. Snij de prei in dunne ringen, snipper de ui en hak de knoflook fijn.
2. Verhit een dun laagje olie in een steelpan en fruit de prei en de ui tot glazig. Fruit daarna de knoflook mét de rijst mee. Blus af met een half glas witte wijn.
3. Voeg daarna in één keer de bouillon toe. Breng al roerend goed aan de kook. Voeg zwarte peper uit de molen toe. Roer.
4. Zet de steelpan op een rooster in de stoomoven en stoom 20 minuten op 100° C.
5. Rooster de groene pompoenpitten een minuut of twee op half hoog vuur (stand 5 inductie). Rasp de Parmezaan grof en hou apart.
6. Haal de pan uit de oven, check de garing en smeugheid. Roer er de boter, citroensap en de pompoenpitten door. Serveer direct.

Kippendij

1. Verwarm de oven voor op airfry-stand 180° C. (of vrijstaande airfryer).
2. Plet de kip een beetje en haal door de bloem, dan door het geklutste ei en daarna door de panko met de geriste tijm en de chilivlokken.
3. Leg de kip op de airfry-bakplaat, met een dichte bakplaat daaronder (tegen het knoeien).
4. Doe de kip in het midden van de oven met de dichte plaat er zo ruim mogelijk onder: 20 minuten op 180 °C airfry-stand.
- .

Serveren

1. Schep de risotto op de (warme) borden. Leg de kip erop en maak af met de pompoenpitten en/of wat gesneden bosui, peterselie of ander fris groen.

Tip: De garing van de risotto in de oven duurt als het goed is net zolang als de garing van de kippendij. De kip wel checken.