



WIJNBOX

### Ramón Roqueta tinto

Uit de buurt van Barcelona komt deze rode wijn. Dankzij een korte houtrijping is het soepel en gaat het perfect met dit kipgerecht.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 48  
2016



### Een culinaire vraag tijdens het koken?

Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.



Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Cherrypotatoes met kipfilethaasjes en little gem

Met zoete gebakken appeltjes en cranberry's

Deze salade is ideaal voor het hele gezin. De ingrediënten hebben een verrassende twist en tegelijk een zoete smaak. De honing-mosterddressing maakt het gerecht wat pittiger en zuurder. De zoete tegenhanger zijn de gebakken appelstukjes, rode uiringen en cranberry's.

bewaar in de koelkast



25-30 min



gemakkelijk



eet aan het begin



kind-vriendelijk



lactosevrij



glutenvrij



Kipfilethaasjes



Little gem



Cherrypotatoes



Rode ui



Elstar appel



Cranberry-pittenmix

| Ingrediënten                           | 1P         | 2P  | 3P  | 4P   | 5P   | 6P   |
|--|------------|-----|-----|------|------|------|
| Cherrypotatoes (g)                     | 250        | 500 | 750 | 1000 | 1250 | 1500 |
| Rode ui (st)                           | ½          | 1   | 1½  | 2    | 2½   | 3    |
| Elstar appel (st)                      | ½          | 1   | 1½  | 2    | 2½   | 3    |
| Cranberry-pittenmix (g) <b>19) 22)</b> | 20         | 40  | 60  | 80   | 100  | 120  |
| Kipfilethaasjes (g)                    | 110        | 220 | 330 | 440  | 550  | 660  |
| Little gem (st)                        | 1          | 2   | 3   | 4    | 5    | 6    |
| Olijfolie (el)*                        | ½          | 1   | 1   | 1    | 1½   | 1½   |
| Extra vierge olijfolie (el)*           | 1          | 2   | 3   | 4    | 5    | 6    |
| Witte balsamicoazijn (tl)*             | 1          | 2   | 3   | 4    | 5    | 6    |
| Mosterd (tl)*                          | 1          | 2   | 3   | 4    | 5    | 6    |
| Honing (tl)*                           | 1          | 2   | 3   | 4    | 5    | 6    |
| Peper & zout*                          | Naar smaak |     |     |      |      |      |

\* Zelf toevoegen

### Allergenen

Kan sporen bevatten van **19)** pinda's en **22)** noten.

### Benodigdheden

Pan met deksel, wok of hapjespan, kom, saladekom

**Voedingswaarden** 713 kcal | 32 g eiwit | 60 g koolhydraten | 37 g vet, waarvan 10 g verzadigd | 8 g vezels



**1** Halveer de cherrypotatoes en snijd eventuele grotere in kwarten. Zorg dat de cherrypotatoes net onder water staan en kook, afgedekt, 12 - 15 minuten in een pan met deksel. Giet af en laat zonder deksel uitstomen.



**2** Snijd ondertussen de rode ui in halve ringen. Snijd de appel (elstar) in kwarten, verwijder het klokhuis en snijd in blokjes. Halveer de cranberries uit de pittenmix.

**3** Verhit de olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de rode ui 2 minuten op middelhoog vuur. Voeg de kipfilethaasjes, appel en cranberry-pittenmix toe en bak 5 minuten op middelhoog vuur.



**4** Maak ondertussen in een kom een honing-mosterddressing van de extra vierge olijfolie, witte balsamicoazijn, mosterd en honing. Breng op smaak met peper en zout.

**5** Snijd de little gem in dunne ringen en meng in een saladekom met cherrypotatoes. Voeg naar smaak de dressing toe en breng op smaak met peper en zout.



**6** Verdeel de salade over de borden en serveer met de gebakken kipfilet, rode ui, appelstukjes en cranberry-pittenmix.

**Tip!** Een kipfilethaasje is het verbindingstukje tussen de filet en de vleugel van de kip. Haasjes worden bijna altijd verwijderd van de kipfilet omdat bij het bakken van de kipfilet het haasje loslaat. Zonde, want ze zijn lekker mals en snel te bereiden.