



POLLO TONNATO MET ZUURDESEMBROOD

GEPOCHEERDE KIP MET TONIJNSAUS

SPECIAAL INGREDIËNT.



KIPFILETHAASJES

De haasjes van de kip zijn supermals en onderdeel van de kipfilet. Het vlees is afkomstig van een Hollandse scharrelkip.



Rode cherrytomaten ✳



Zuurdesembrood



Tonijn



Kappertjes ✳



Mayonaise ✳



Verse basilicum ✳



Platte peterselie ✳



Verse bieslook ✳



Kipfilethaasjes ✳



Slamelange ✳

40 min

Veel handelingen

Eet binnen 3 dagen

Een klassieke vitello tonnato bestaat uit dingesneden kalfsfricandeau met een tonijn-kappertjesmayonaise. Deze smaakvolle tonijnsaus is ook heerlijk bij kip. De kipfilethaasjes geef je nog meer smaak door ze te pocheren in bouillon. Met gepofte tomaatjes, knapperige zuurdesembroodjes en zelfgemaakte kruidenboter wordt het gegarandeerd genieten!

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Ovenschaal, hoge kom, staafmixer, kleine kom, plasticfolie en pan.
Laten we beginnen met het koken van de **pollo tonnato met zuurdesembrood**.



1 TOMATEN ROOSTEREN

Verwarm de oven voor op 200 graden. Haal de roomboter uit de koelkast en laat op kamertemperatuur komen. Meng de **rode cherrytomaten** in een ovenschaal met de olijfolie, de zwarte balsamicoazijn, peper en zout. Rooster de **tomaten** 20 – 22 minuten in de oven. Leg de laatste 6 – 8 minuten het **zuurdesembrood** erbij in de oven.



4 KIP POCHEREN

Bereid de kippenbouillon in een pan. Zet, als de bouillon kookt, het vuur laag en leg de **kipfilethaasjes** in de bouillon. Kook de **kip** in 6 – 8 minuten gaar. Haal de **kip** uit de bouillon.



2 SAUS MAKEN

Laat ondertussen de **tonijn** uitlekken. Mix in een hoge kom de helft van de blaadjes **basilicum**, de helft van de **kappertjes**, de **mayonaise** en de **tonijn** met een staafmixer tot een fijne saus. Breng op smaak met peper en zout ★.

★ **TIP:** De kappertjes zijn al zout. Proef daarom goed voordat je de saus op smaak brengt, voeg niet teveel extra zout toe.



5 TONNATO AFMAKEN

Maak op de borden een bedje van de **slamelange** en besprenkel met de extra vierge olijfolie. Leg hier de gepocheerde **kipfilethaasjes** op. Verdeel de **tonijnsaus** over de **kip** en garneer met de overige **kappertjes** en **basilicum**.



3 KRUIDENBOTER MAKEN

Hak de overige **basilicum**, de **peterselie** en de **bieslook** fijn. Meng in een kleine kom de **peterselie** en de **bieslook** met de zachte roomboter. Breng op smaak met zout en peper. Dek af met plasticfolie en zet tot gebruik in de koelkast.



6 SERVEREN

Servere de **pollo tonnato** met de geroosterde **tomaten** en het **zuurdesembrood** met de **kruidenboter**.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rode cherrytomaten (g) *	125	250	375	500	625	750
Zuurdesembrood (st) 1) 6) 11) 17) 21) 22) 27) *	1	2	3	4	5	6
Tonijn (blik) 4)	½	1	1½	2	2½	3
Kappertjes (g) *	10	20	30	40	50	60
Mayonaise (g) * 3) 10) 19) 22)	50	100	150	200	250	300
Verse basilicum (blaadjes) 23) *	4	8	12	16	20	24
Platte peterselie (takjes) 23) *	4	8	12	16	20	24
Verse bieslook (sprietjes) 23) *	5	10	15	20	25	30
Kipfilethaasjes (g) *	100	200	300	400	500	600
Slamelange (g) 23) *	30	60	90	120	150	180
Roomboter* (g)	25	50	75	100	125	150
Olijfolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Zwarte balsamicoazijn* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Kippenbouillon* (ml)	400	600	800	1000	1200	1400
Extra vierge olijfolie* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	5234 / 1251	993 / 237
Vetten (g)	88	17
Waarvan verzadigd (g)	23,0	4,4
Koolhydraten (g)	69	13
Waarvan suikers (g)	0,3	0,1
Vezels (g)	6	1
Eiwit (g)	42	8
Zout (g)	3,5	0,7

ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 6) Soja 10) Mosterd 11) Sesam
Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 19) Pinda's
21) Melk/lactose 22) Noten 23) Selderij 27) Lupine

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be
WEEK 09 | 2018

