

Kipfilet met zwarte bonen

(naar een recept van chef-kok Teun Bakker)

Benodigdheden voor 4 personen:

- 4 kipfilets van 160 gr. elk
- 300 gr. prei, knolselderie en wortel in juliënne (reepjes) gesneden
- 50 gr. gehakte sjalotjes
- 20 gr. gehakte bieslook
- 20 gr. serehkruid (of citroensap)
- 100 gr. boter
- 1,5 dl witte wijn
- 300 gr. aardappel in juliënne gesneden
- zwarte bonenpastei (Lee Kom Kee) in pot te verkrijgen (toko)

Bereiding:

- besprenkel de kipfilet met citroensap
- peper en zout de kip naar smaak en strijk een laag van de bonenpasta op de filet
- smeer royaal boter op het aluminiumfolie
- leg de juliënne van groenten en aardappel hierin
- leg de gemarineerde kip op de groenten
- schenk nu wat witte wijn met het citroengras (sereh) om de kip
- vouw het aluminiumfolie dicht
- schenk een klein laagje olie in een hapjespan
- verhit de pan met olie en leg het kippakketje met dichte kant naar beneden in de pan
- sluit de pan met een deksel en na \pm 12 min. op laag vuur is de kip klaar

N.B. de kip kan ook vervangen worden door kabeljauw