

CHICKEN NUGGETS MET OVENFRIETJES

MAART 2024

Benodigdheden : voor **4** personen

500	gr	Kippenborstfilet
700	gr	Vastkokende aardappelen typE_e Nicola, Charlotte
1	st	Citroen
2	st	Eieren
100	gr	Gewone ongezoete Cornflakes
60	gr	Bloem
1	kl	Kerriepoeder
0,5	kl	Kippenkruiden
		Olie
		Peper en zout

Bereidingstijd: 35 minuten en 35 minuten in de oven

Werkwijze :

We beginnen met de Nuggets:

Verbrijzel 100 gram gewone ongezoete Cornflakes.

BV op een snijplank met de platte kant van een , deegrol , een pannetje of in een vijzel.

Snij 500 gram kipfilets in stukken van 4 cm.

Meng daaronder 1 kl kerrievoeder en 0,5 kl kippenkruiden.

Klop 2 eieren los in een diep bord en doe in een ander diep bord ong 60 gram bloem, en in nog een ander bord doe je de bewerkte Cornflakes om te paneren.

Wentel de kippenstukken eerst door de bloem, goed afkloppen, dan door het ei en tot slot door de cornflakes tot ze mooi helemaal bedekt zijn.

Hou de nuggets even apart.

Verwarm de oven voor op 185 gr C

Spoel 700 gram vastkokende aardappelen zeer grondig, borstel er maar even op want we gaan ze niet schillen. Snij ze dan in dikke frieten. (wedges)

Schik ze op een bakplaat, besprenkel ze met wat olie bestrooi met wat peper en zout.

Bak ze 15 à 20 minuten in de oven.

Schik de nuggets op een andere bakplaat en besprenkel ze ook met wat neutrale olie.

Zet ze nu mee in de oven en laat nog 20 minuten meebakken tot alles lichtbruin en gaar is.

Serveer met nog een partje citroen en een sausje naar keuze.

En eventueel nog een slaatje.

Een frisdrankje, een pintje, alles kan, geniet ervan.

Smakelijk eten.

=====