

== Couscous met kip en verse groenten ==

Ordernummer: _____

== Ingrediënten (4 personen) ==

4 kippenbillen

500g couscous

2 preistengels

3 potten kippenfond

1 bussel witte rapen

boter

1 bussel boterrapen

kerriepoeder

1 witte selder

bloem

500g spruiten

== Zo maak je het ==

1. Smelt een rijkelijke hoeveelheid boter in een pan.
2. Kruid ondertussen de kippenbillen met peper en zout.
3. Bak vervolgens de kip aan in de pan en kruid een tweede keer met peper.
4. Zet een tweede, diepe pot op het vuur en vul met bouillon. Warm op.
5. Kuis enkele boterraapjes en witte raapjes door ze in 4 gelijke delen te snijden en vervolgens te schillen.
6. Tast de aangebakken kip nu over van de pan naar de pot met bouillon en laat verder garen. Voeg ook wat kerriepoeder toe aan de bouillon om het geheel op smaak te brengen.
7. Bereid de spruitjes voor door het buitenste laagje weg te pellen (bijhouden voor later), het kontje af te snijden en een klein kruisje te snijden waar het kontje zich bevond. Leg aan de kant.
8. Voeg een grote klont boter toe aan een derde (diepe) pan. Laat de boter smelten en voeg dan twee eetlepels bloem toe. Laat de bloem vervolgens droogbakken door het geheel met een garde te roeren. Voeg lepels bloem toe tot je een droge korrelige structuur krijgt.
9. Terwijl de roux afkoelt, kan je de couscous kort droog poffen in een pan. Voeg daarna dubbel het gewicht van de couscous in water toe en breng aan de kook (pan afdekken met plastic folie).
10. Haal de kip uit de bouillon en laat afkoelen. Laat de pan met bouillon op het vuur staan en kook de raapjes erin. Wanneer de raapjes gekookt zijn kan je hetzelfde doen met de spruitjes en de blaadjes van de spruitjes.
11. Kuis ondertussen de prei en selder door ze fijn te snijden. Pluk ook de afgekoelde kip van het bot.
12. Voeg ten slotte een beetje roux toe aan de pot met bouillon, breng op smaak met kerriepoeder en roer om te binden tot een saus. Roer de prei en selder om in de couscous, dresseer je bord en geniet.

Tip

Bekijk de opname van TVL koken zelf een keertje.