




Normandische kip



-  Bereiden in: pan
-  Voorbereiding: 5 min.
-  Bereiding: 60 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 5 rode appels
- 25 g boter
- 4 kippenpoten
- 4 kipvleugels
- 300 ml droge cider
- zout, zwarte peper
- 60 ml slagroom
- 2 el fijngehakte peterselie

Voedingswaarde

- 500 kcal, 2100 kJ
- 34 g vet
- 32 g eiwit
- 14 g koolhydraten
- 2 g vezels

Wist u dit

In Frankrijk worden appels ook wel 'pommes en l'air' (luchtappels) genoemd om ze te kunnen onderscheiden van 'pommes de terre' - aardappelen.

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Normandische kip

Bereiding

- 1 Was de appels, boor de klokhuizen eruit met een appelboor en de snijd de appels in plakken. Smelt de boter in een pan en bak daarin de plakken appel 2-3 min. Neem ze vervolgens uit de pan.
- 2 Doe de kippenpoten en kipvleugels in de pan en braad ze op een middelhoog vuur ca. 5 min. rondom goudbruin.
- 3 Voeg tweederde van de appelplakken toe. giet de cider erbij en breng alles krachtig op smaak met zout en peper. Braad de kipedelen 40-45 min. en keer ze af en toe om.
- 4 Doe dan de rest van de appelplakken in de pan en voeg de slagroom en salie toe. Breng op smaak met zout en peper en verwarm het geheel nog ca. 5 min. tot de cidersaus iets is ingekookt. Serveer de kip heet.

Kooktips

Vervang de kipedelen eens door magere varkenskoteletjes. Verkort dan wel de gaartijd in stap 3 tot 35 min.

Serveren

Serveer hierbij gebakken aardappelen en gesmoorde sperziebonen of worteltjes. Geef appeltaart met vanille-ijs toe.

image not found
<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten