

Vive la France! FOODBOX



Ingrediënten FOODBOX – Poulet Grillé

- Baguette
- Brie de meaux (150 g)
- Bleu d'auvergne (150 g)
- Cornichons, kleine Franse augurkjes (100 g)
- Rillettes de porc (100 g)
- Grove bourgondische paté (100 g)
 - Rode uiencompote (50 g)
- Franse wijn
- Poulet Grillé
 - Hele scharrelhoen
 - Pommes de terres Amandine (1 kilo)
 - Uien (2 | ca. 500 g)
 - Verse tijm & rozemarijn (30 g)
 - Knoflook tenen
 - Haricot verts (250 g)
 - Romaine slakrop
 - Franse vinaigrette (150 ml)
- Madeleines schelpvormige Franse cakejes (4 stukjes)

Poulet Grillé

Poulet Grillé is een typische Franse maaltijd van kip & aardappelen van de rotisserie op een markt.

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Pel de knoflook tenen.

Pel de uien en snijd ze in parten.

Was de aardappelen en snij ze in stukken. Schillen is niet nodig.

Doe de aardappelen, hele knoflook tenen en uien in een ovenschaal en meng goed met 5 eetlepels olijfolie.

#SUPPORTYOURLOCALSNL

Vive la France! FOODBOX



Rits de blaadjes tijm en rozemarijn van de takjes. Snijd de rozemarijn klein.
Wrijf zowel de binnen- als buitenkant van de kip in met olijfolie, tijm, rozemarijn, zout en peper.
Stop eventueel ook knoflook en kruidentakjes in de buikholte van de kip. Of maak het vel van de kippenborst voorzichtig los door vanaf het puntje bij de buikholte een hand tussen huid en borst te steken (indien nodig vel beetje opensnijden). De kruiden kunnen nu ook tussen het vlees en het vel worden gestopt.
Leg de kip in de ovenschaal bij de andere ingrediënten.

Zet de ovenschaal 1,5 uur in het midden van de voorverwarmde oven.
Besprenkel de kip elke 15-20 minuten met wat olie of wat braadvet tegen uitdrogen.
Draai de kip, aardappelen en uien halverwege. Leg nu geen aardappelen en uien meer onder de kip.
Controleer of de kip gaar is door een satéprikker in het dikste deel van de kip (bij dijbeen) te steken.
Zet de kip terug in de oven als er roze vocht vrijkomt. Test na 10 min. opnieuw: pas bij helder sap is de kip geheel gaar.
Verpak de kip in aluminiumfolie en laat 10 min. rusten, zodat de sappen zich weer goed in het vlees verspreiden.

Haricots verts

Breng een grote pan water met flink zout aan de kook. Snijd de steelaanzet van de haricot verts af, laat aan de andere kant het puntje zitten. Kook ze in 5 minuten net aan gaar op hoog vuur, zonder deksel. Giet af en smoor ze een paar minuten na met wat roomboter of olijfolie en meng er een zeer fijn gesneden knoflook teentje door.

Salade

Was de bladen van de Romaine sla. Scheur het in de gewenste grote. Verdeel vlak voor het opdienen de Franse vinaigrette over de knapperige sla.

#SUPPORTYOURLOCALSNL



Vive la France! FOODBOX

Ingrediënten FOODBOX – Salade Niçoise

- Baguette
- Brie de meaux (150 g)
- Bleu d'auvergne (150 g)
- Cornichons, kleine Franse augurkjes (100 g)
- Cake aux olives (200 g)
- Franse wijn
- Salade Niçoise
 - Verse tonijn (350 g)
 - Scharreleieren (6 stuks, 4 nodig voor recept)
 - Haricot verts (250 g)
 - Tomaat ancienne coeur de boeuf (2 | ca. 500 g)
 - Rode uien (2 | ca. 300 g)
 - Ansjovisfilet
 - Groene olijven (ca. 25)
 - Romaine slakrop
 - Franse vinaigrette (150 ml)
- Madeleines schelpvormige Franse cakejes (4 stukjes)



Salade Niçoise

Salade Niçoise is een typische Franse maaltijdsalade met tonijn, haricot verts, tomaten en eieren.

Laat de tonijn in een half uur op kamertemperatuur komen.

Breng een grote pan water met zout aan de kook. Snijd de steelaanzet van de haricot verts af, laat aan de andere kant het puntje zitten. Kook ze in 5 minuten net aan gaar op hoog vuur, zonder deksel en giet af.

Breng een steelpan met water en eieren aan de kook. Zet de wekker zodra het water kookt op 4 minuten en kook de eieren zacht. Spoel ze af onder de koude kraan.

Snijd de kern van de kropsla eraf en was de bladeren.

Snijd de tomaten in partjes. Pel de rode ui en snijd deze in halve ringen.

Pel de eieren en snijd deze ook in partjes.

#SUPPORTYOURLOCALSNL



Vive la France! FOODBOX

Verdeel de sla over de borden. Doe daar vervolgens de tomaat, de haricot verts, de rode ui en de ansjovis op.

Smeer de tonijnfilets in met olijfolie en breng ze op smaak met peper en zout.

Grill de tonijn in een hete grillpan. Grill totdat je grillstrepen ziet en de filets nog rauw/roze is aan de binnenzijde. Snijd de gegrilde tonijn in dunne plakjes.

Leg de tonijn, het ei, de olijven op de salade en verdeel de dressing erover.

Bon appétit!

#SUPPORTYOURLOCALSNL