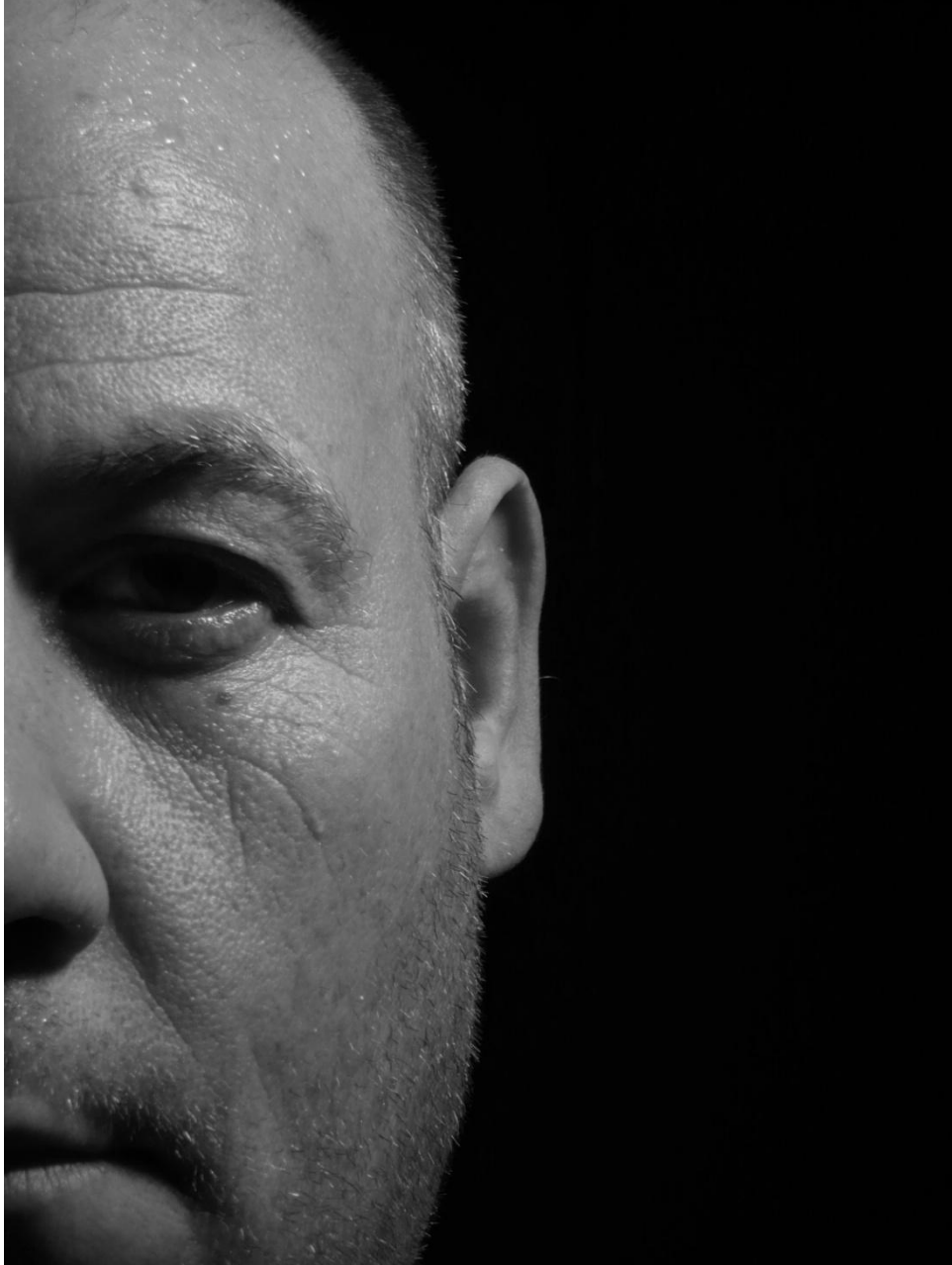


GIORG'IO BOLLO DI RABBIA

Il vero capo cuoco nudo



Uw dagelijkse  kost

Maandag 28 april 2014

Filet de poulet aux poivrons rôtis Mathilde, pommes de terre sautées et salade verte vinaigrette

Ingrediënten 4 personen

Kip

4 halve kipfilet (vrije uitloop), 200 gram crème fraîche, 4 el Pesto Rosso (= pesto genovese met toevoeging van gedroogde tomaten), 1 gedroogd fijngesneden chilipepertje, 2 fijngehakke tenen knoflook (u weet wel, die ene), P&Z en 3 rode paprika's

Aardappelen

1 kilo vastkokende aardappelen, P&Z en ganzenvet of reuzel

Salade

1 kropsla, witte wijnazijn, zonnebloemolie (of arachide, olijf), P&Z en Dijon mosterd

Bereiding

Kerf de filets in en P&Z-en. De overige ingrediënten met P&Z (behalve de paprika) door elkaar roeren. De paprika's onder de grill zwart laten worden en daarna in een afgesloten plastic zak laten zweten. Vel en zaadlijsten verwijderen. Verwarm de oven voor op 200 graden. Leg in een ingevette ovenschaal de paprika (in repen gesneden) en leg daar de kipfilets op. Nappeer met de saus en bak afgedekt gedurende 45 minuten.

Schil (of niet) de aardappelen en snijd ze in schijven van een ½- 1 centimeter. Kook de aardappelen in zout water 5 minuten en laat ze in een vergiet uitlekken. Dep ze droog als je ze gaat bakken en ze nog nat zijn. Smelt het vet en laat heet worden. Bak de aardappelen goudbruin en laat de molens flink draaien. Voor pommes Lyonnaise op de helft van de baktijd uienringen toevoegen. Of spekkies, maar dan heet het weer aux lardons.

Was de sla in ruim water en laat 'm drogen in een vergiet of slazwieper. Maak de vinaigrette door ½ dl azijn te vermengen met P&Z en 1 el mosterd en goed te kloppen met de garde. Daarna in een straal de olie toevoegen. Verhouding azijn : olie = 1 : 3. Voeg eventueel nog verse kruiden toe en een half teentje ragfijne knoflook. Maak meer en bewaar in een afsluitbare fles voor de volgende maaltijden met sla.

© Giorg'io Bollo di Rabbia 2014