



Hoofdgerechten

Chicken parmigiana met knoflookbrood

Voor 4 personen.

Ingrediënten

4 kip (filets)
1 ui (gesnipperd)
2 lookteentjes
20 gram parmezaanse kaas
1 bol mozzarella (in plakjes)
40 gram paneermeel
500 milliliters passata
1 theelepel suiker
2 eetlepels melk
40 gram bloem
1 ei
2 eetlepels tijmblaadjes (vers)
1 eetlepel oregano (gedroogd)
handvol basilicumblaadjes
olijfolie
snuifje chilivlokken
peper
zout

Voor het lookbrood

1 stokbrood (afbak)
2 eetlepels peterselie (fijngehakt)
2 lookteentjes
boter

Bereidingswijze

Doe de bloem in een kom en kruid met peper en zout . Doe het paneermeel in een andere kom en klop het ei met de melk los in een derde kom.

Haal de kipfilets eerst door de bloem, daarna door het losgeklopte ei en tot slot door het paneermeel. Zet koel.

Bak de ui met de geperste look en chilivlokken in olijfolie zacht. Voeg de passata, de tijm, oregano en suiker toe en kruid met peper en zout . Breng aan de kook en laat op een zacht vuur 20 minuten sudderen.

Verwarm de oven voor op 200°C. Bak de kipfilets in olijfolie goudbruin en krokant. Laat ze uitlekken op keukenpapier. Giet de helft van de tomatensaus in een ingevette ovenschaal en leg er de gebakken kip op. Verdeel de rest van de saus over de kip en verdeel er de plakjes mozzarella over. Bestrooi met de Parmezaanse kaas, dek af met aluminiumfolie en zet 8 minuten in de oven. Verwijder het aluminiumfolie en zet nog eens 8 minuten in de oven. Zet de laatste 2 minuten de ovengrill aan.

Maak ondertussen het lookbrood: pers de look en meng, samen met de peterselie, onder 3 el zachte boter. Kruid met peper en zout. Maak ondiepe insnijdingen in het stokbrood. Vul de inkepingen met de boter. Bak vervolgens het brood af zoals vermeld op de verpakking. Werk de chicken parmigiana af met de verse basilicum en serveer met het knoflookbrood.

Keukenbenodigdheden

Oven

