



Groene stoemp met citroenkip



Bereidingstijd

> 1h



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

4 kipfilets
2 citroenen
olijfolie (+extra)
2 takjes verse tijm
4 eetlepels honing
1/2 kilogram aardappel
1 broccoli
400 gram diepvrieserwten
1 ui
400 gram babyspinazie
peper en zout
1 klontje boter
1 scheutje melk

Bereidingswijze

- 1.** Besprenkel de kipfilets met het sap van de 2 citroenen en een scheutje olijfolie. Voeg de tijm en de honing toe. Laat 1 uur marineren in de koelkast.
- 2.** Schil de aardappelen en kook ze gaar in licht gezouten water. Voeg na 10 minuten de stronkjes broccoli toe. En voeg net voor het afgieten de diepvrieserwten toe.
- 3.** Fruit de fijngesneden ui in olijfolie en roerbak hierin de spinazie.
- 4.** Prak de aardappelen met de broccoli, de erwten en de spinazie tot een stoemp. Breng op smaak met peper en zout. Voeg eventueel een klontje boter en wat melk toe om de stoemp smeüiger te maken.
- 5.** Verhit de grillpan en bak hierin de kipfilets. Breng op smaak met peper en zout. Serveer met de stoemp.