

Marokkaanse kipstoof

Geen afbeelding beschikbaar

Bereidingstijd: 35 min **Personen:** 4 **Categorie:** Gevogelte **Gerecht type:** Tajine

Per portie: p.p. 315 kcal, 22g eiwit, 16 g vet waarvan 4 g verz., 17 g koolhydraten, 16 gr zout, 8 g vezels.

Ingrediënten

- 380 gr scharrekipgedijfilet of kipfiletstukjes
- 1 el ras el hanout
- olijfolie
- 500 gr winterpeen
- 3 - rode uien
- 1 - kippenbouillontablet
- 1 - citroen (optioneel)
- 250 gr tuinerwten (diepvries)
- een tajine

Bereiding

1. Snij de kippendijfilet of kipfilet in stukjes. Bestrooi de kip met de ras el hanout, peper en eventueel zout. Verhit de tajine en bak de kip rondom bruin in de olijfolie.
2. Schil de winterpeen en snijd in stukken van 3 cm. Snijd de rode uien in parten. Voeg de peen en uien toe aan de kip en bak nog 2 minuten mee. Voeg 200 ml water toe en verkruimel het bouillonblokje erboven. Zet de kegelvormige deksel op de tajine en laat 25 minuten op laag vuur stoven.
3. (optioneel) Rasp de gele schil van de citroen, halveer de citroen en snij de helften in parten.
4. Voeg de laatste 2 minuten de doperwten toe. Neem het deksel eraf. (Optioneel) Bestrooi vlak voor het serveren met de citroen schil en geef de parten citroen er apart bij.
Lekker met (kruiden) couscous.