

Kokenmetdominique.jouwweb.be

Telefoon 0495 54 53 63

Demo – info en verkoop

kokenmetdominique@telenet.be

**##kokenmetdominique##dominiquekooktmetdetherm
omix## <https://kokenmetdominique.jouwweb.be>##**

Kiptajine met gekarameliseerde sinaasappelen

Moeilijkheidsgraad gemakkelijk

Vorbereidingstijd 20 min

Totale tijd 35 min

Portie 4 porties

Ingrediënten

- 200 g dun gesneden witte uien
- 40 g extra olijfolie
- 400 g kipfilet in stukjes (4-5 cm)
- 1 theelepel zoete paprika
- 1 theelepel zout
- 1 - 2 snufjes gemalen zwarte peper
- 50 g ontpitte olijven
- 1 - 2 eetlepels boter
- 300 g gepelde sinaasappels, in plakjes gesneden
- 1 eetlepel ruwe suiker

Bereiding

1. Doe de uien en extra vigne olijfolie in de mengbeker 8 min./120°C/linksdraaiend/lepel.
2. Voeg de kip, paprika, zout en zwarte peper toe, 6 min./100°C/ linksdraaiend /lepel.
3. Voeg de olijven toe 2 min./100°C/linksdraaiend/lepel.
4. Verhit de boter in een anti-aanbakpan op middelhoog vuur. Eenmaal gesmolten, voeg de gesneden sinaasappelen en bakt van beide kanten gedurende 2-3 minuten. Bestrooi de plakjes met suiker en draai de sinaasappels. Voeg de kip toe en laat 5 minuten sudderen en draai af en toe. Serveer nu met aardappelen of puree

Kokenmetdominique.jouwweb.be

Telefoon 0495 54 53 63

Demo – info en verkoop

kokenmetdominique@telenet.be

Tajine de poulet aux oranges caramélisées

Difficulté facile

Temps de préparation 20 min

Durée totale 35 min

Portion 4 portions

Ingrédients

- 200 g d'oignons blancs finement tranchés
- 40 g d'huile d'olive extra
- 400 g de blanc de poulet en morceaux (4-5 cm)
- 1 cuillère à café de poivron
- 1 cuillère à café de sel
- 1 à 2 pincées de poivre noir moulu
- 50 g d'olives dénoyautées
- 1 à 2 cuillères à soupe de beurre
- 300 g d'oranges pelées, coupées en tranches
- 1 cuillère à soupe de sucre brut

préparation

- Mettez les oignons et l'huile d'olive extra vierge dans le gobelet 8 min./120°C/tournez à gauche/cuillère.
- Ajoutez le poulet, le paprika, le sel et le poivre noir, 6 min./100°C/en tournant à gauche/à la cuillère.
- Ajoutez les olives 2 min./100°C/en tournant à gauche/à la cuillère.
- Faites chauffer le beurre dans une poêle antiadhésive à feu moyen. Une fois fondue, ajoutez les oranges coupées en tranches et faites-les frire des deux côtés pendant 2 à 3 minutes. Saupoudrez les tranches de sucre et retournez les oranges. Ajoutez le poulet et laissez mijoter pendant 5 minutes, en tournant de temps en temps. Servir maintenant avec des pommes de terre ou de la purée