



MALTESE CHICKEN-SCALLOPINI

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Malta

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 40 minuten

Ingrediënten:

- **2 grote kipfilets**
- **½ tl cayennepeper**
- **40 gram bloem**
- **20 gram fijn geraspte Parmezaanse kaas**
- **2 citroenen, sap en schil**
- **3 el kleine kappertjes, afgespoeld en uitgelekt**
- **3 tenen knoflook, fijngehakt**
- **olijfolie extra vergine, om te besprenkelen**
- **30 gram boter**
- **140 gram artisjokharten, uitgelekt en in vieren gesneden**
- **100 ml droge Marsala**
- **150 ml kippenbouillon**
- **150 gram jonge tuinbonen (vers of bevroren), dubbel gedopt en geblancheerd**
- **3 el slagroom (optioneel)**
- **2 el verse peterselie, fijngehakt**
- **gemalen zeezout**
- **versgemalen zwarte peper**

Bereiding:

- We beginnen met het halveren van elke kippenborstfilet in twee dunne plakken.
- Deze 4 plakken gaan we nog dunner maken door ze tussen twee vellen bakpapier te leggen en plat te slaan met een deegroller tot ze ongeveer 8 mm dik zijn.
- Kruid de 4 filets met peper en zout en zet even apart.
- Meng in een glazenkom de zest van 1 citroen en het citroensap van 2 citroenen. Zet even apart.
- Meng op een groot bord de bloem met de geraspte Parmezaan en wat fijngemalen zwarte peper.
- Haal de platgeslagen kipfilets door de bloem tot hij rondom bedekt is.
- Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg de boter en 5 eetlepels olijfolie toe.
- Voeg als de boter begint te schuimen de kip toe en bak deze afhankelijk van de dikte 2 - 4 minuten per zijde tot ze een goudbruin korstje krijgen.
- Haal de kip uit de pan en zet even apart.
- Zet het vuur lager en voeg de uitgelekte kappertje en de knoflook toe aan het achtergebleven braadvocht in de koekenpan. Laat 1 minuutje bakken.
- Giet de Marsala bij de kappertjes en breng aan de kook.
- Laat 1 minuut pruttelen tot het wat is ingekookt.
- Schraap met een lepel over de bodem van de pan om alle aanbaksels los te maken, zodat er lekker veel smaken vrij komen.
- Giet de bouillon en citroensap met de zest er bij en voeg de olijven en artisjokhartjes toe.
- Breng op smaak met wat versgemalen zwarte peper.
- Laat 2 minuten sudderen om het wat in te koken.
- Voeg de geblancheerde tuinbonen toe en giet er 4 eetlepels volle room bij.
- Leg de kip terug in de heerlijke saus en laat nog een paar minuten sudderen tot de kip geheel gaar is.
- Garneer met wat peterselie en serveer op voorverwarmde borden met pasta of smashed baked potatoes.

L-Għaqda t-Tajba!

Enjoy your meal!

08-03-2025