



POLLO ALLA CACCIATORE

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Italië

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 60 minuten

Ingrediënten:

- 1 hele biologische kip a 1200 gram
- versgemalen zwarte peper, naar smaak
- gemalen zeezout, naar smaak
- 3 el olijfolie, om mee te bakken
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 1 middelgrote rode ui, zeer fijngesneden
- 1 winterwortel, in kleine blokjes gehakt
- bloem
- sap van 1 limoen
- ½ tl chilivlokken of meer, (optioneel)
- 3 kopjes witte droge wijn (rood mag ook)
- 750 ml tomatenpassata
- 1 bosje rozemarijn alleen de naaldjes
- 1 bosje marjolein
- extra-vergine olijfolie
- handvol zwarte Italiaanse olijven (bijv. Celline del Salento)
- 2 el kappertje, afgespoeld en uitgelekt

Bereiding:

- Meng in een ruime schone plastic zak de bloem met versgemalen zwarte peper en gemalen zeezout.
- De kip in stukken en doe de kip in de zak bij de gekruide bloem.
- Schudt alles goed door elkaar en haal de stukken kip uit de zak.
- Hak de helft van de rozemarijnnaaldjes en marjolein zeer fijn.
- Verhit 3 eetlepels olijfolie in een ruime braadpan op middelhoog vuur en bak de wortel, knoflook, ui en kruiden 3 minuten aan.
- Leg de kip met de huidzijde naar beneden bij de groenten in de pan.
- Braad alles 10 minuten goed aan, terwijl je de stukken kip om de minuut omdraait.
- Blus het geheel af met 1 kopje wijn, de tomaten passata en het sap van 1 limoen.
- Dit is ook het moment om eventueel de chilivlokken toe te voegen.
- Laat 10 minuten op laag vuur pruttelen.
- Voeg de rest van de wijn toe samen met de olijven en kappertjes.
- Laat het geheel met de deksel op de pan een uurtje op zeer laag vuur sudderen.
- Controleer af en toe even of het niet te droog wordt. Mocht dat zo zijn, voeg dan nog water en/of wijn toe. De kip moet bijna geheel onder staan in de saus.
- Bestrooi de stoofschotel met wat van de overgebleven kruiden en serveer met versgebakken knapperig brood, polenta of pasta.

Buon appetito!

15-03-2025