

Kippenbouten uit Italië



Hoofdgerecht

kip

4 personen

Land: Italië

Bereidingstijd: 75 minuten

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 2 sjalotjes
- 2 teentjes knoflook
- 1 citroen
- 2-3 el olijfolie om in te bakken
- 4 (maïs)kippenbouten
- 1-2 el cognac of vieux
- 10-15 zwarte olijven

- 1 blik gepelde tomaten
- 1,5 el rozemarijn (vers of diepvries) of 2 tl gedroogde rozemarijn
- zout en peper

Bereidingswijze

1. Pel de sjalotjes en snijd ze in vieren, snipper de knoflook fijn, boen de citroen schoon onder de kraan, verwijder de schil en pers hem uit. Verhit in een grote braadpan de olijfolie en bak hierin de kip mooi bruin.
2. Blus af met de cognac en voeg er de sjalotjes, de knoflook, olijven, de citroenschil en het citroensap, de tomaten en de rozemarijn aan toe. Breng op smaak met zout en peper en laat minstens een uur sudderen zodat de kip goed gaar is.

Tenslotte

Kip is licht, kip is makkelijk. Vermijd echter de filet, want die wordt te gauw taai en droog. Koop liever kippenpoten Bovenstaand recept is **Toscaanse Kip**. Het volgende recept dateert uit de Romeinse tijd, dus Julius Caesar moet het zeker gegeten hebben. Het heet **Kip Asa Foetida**. Doe 1 kg kippenpoten in een ovenschaal. Maak een papje van 2 el garum, peper, 1 tl lavas en een 1/2 tl asa foetida. Voeg hier 2 dl witte wijn en 2 el garum aan toe en breng het aan de kook. Giet de hete saus over de kip en zet de schaal met het deksel erop in de oven (180 C). Bedruip af en toe en voeg nog wat wijn toe als het te droog wordt. Haal na 1 uur de deksel weg en laat de kip nog een 1/2 uur bruinen in de combi magnetron (90 graden magnetron en 180 graden confectiewarmte. Asa foetida, het antieke Iaserpicium is te koop bij Jacob Hooy in Amsterdam en Indiase toko's. Garum, de befaamde Romeins vissaus, vindt je onder de naam Nuoc Man of Nam Pla bij de oosterse producten in de supermarkt. Nu **Kip in room**. Doe 4 kippenbouten in een pan waar ze maar net in passen en toch onder kunnen staan. Vul met water, doe er 3 paddestoelenbouillonblokjes , 1 ui in tweeën, 1 stengel bleekselderij in stukken, 1 worteltje in stukken en 6 takken rozemarijn. Breng tegen de kook aan en laat heel zachtjes 30 minuten pocheren. Draai dan het vuur uit en laat nog 15 minuten staan. Vis de kippenbouten eruit, laat in een zeef uitlekken en afkoelen tot je ze kunt aanpakken en verdeel in stukken of stukjes. Verwarm de oven voor op 220 graden. Kook 1/4 liter room in een steelpan in tot de helft. Doe de kip in een ovenschaal, leg er nieuwe rozemarijn bij en schenk de room erover. Strooi er wat zout bij. Bak in de oven tot de room goed bubbelt. Als je geen paddestoelenbouillonblokjes hebt dan maar kip. Het pocheervocht van de kip is schitterende soep, als je er nadat het kookt verse soepgroenten en eventueel vermicelli bij doet. Tot slot **Kip met Olijven**. Zout 4 kippenbouten en braad ze in een scheutje olijfolie aan, niet te hard, anders spettert het zo. Bak 2 geplette tenen knoflook nog een minuutje mee en doe dan 1 blik gepelde tomaten (400 ml) en 1 tl suiker in de pan. Druk de tomaten stuk met een houten spatel. Zet een deksel een beetje schuin op de pan en laat op een heel laag vuur 60 minuten pruttelen. De saus moet dikker worden, laat zonodig nog even doorgaan zonder deksel op de pan . Strooi dan een snuffje verse of gedroogde oregano over de kip en voeg 100 gr zwarte of groene olijven zonder pit toe. Warm nog vijf minuten door.