

### Ingrediënten voor 4 personen

- 1 zoete aardappel (+/- 450 gram) - 4 grote tomaten (ik had een evenredige hoeveelheid kleine tomaatjes) - 2 rode uien - 1 paprika stoplicht rood/geel/groen - 4 kippendijen, liefst zonder bot en zonder vel - 4 teentjes knoflook - enkele takjes verse tijm - 1 tl gerookte paprikapoeder - 2 el balsamico azijn - flinke scheut olijfolie - pezo

**Tijd:** > 1 uur  
**Keuken:** Internationaal  
**Soort\_gerecht:** Ovenschotel  
**Eigen\_keuken:** Nee  
**Vegetarisch:** Nee

## Jamie Oliver: Kip uit de oven zonder omkijken

Dit recept van Jamie Oliver komt uit het boek 'Bespaar met Jamie'. Ik heb het in het kader van 'meer groenten, minder vlees' een beetje aangepast. Omdat het recept voor 4 personen is heb ik maar 4 kippendijen gebruikt en ik heb er nog zoete aardappel en nog wat extra paprika (groen) aan toegevoegd. Een heerlijk recept als je niet veel tijd hebt om in de keuken te staan. Je doet de ingrediënten in een ovenschaal en de oven doet de rest van het werk. Je kunt er eventueel nog een frisse salade of wat brood bij serveren maar op zich is dit voldoende voor 4 personen.

### Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 180 °C - Schil de aardappel(en) en snij in blokjes, snij de overige groenten in stukjes en doe ze in een grote ovenschaal (zie foto's). Leg de kippendijen ertussenin maar zorg dat er geen groenten op de kip liggen. - Druk de teentjes knoflook met de achterkant van je mes plat, voeg ze toe aan de ovenschaal, rits er de tijmblaadjes bij en strooi er het paprikapoeder over. Voeg de olie, de balsamico azijn en een flinke snuf peper en zout toe, hussel alles goed door elkaar de kip blijft bovenop liggen. Zet de schaal ongeveer 1 uur in de oven, of tot de kip goudbruin en gaar is. Keer de stukken kip gaandeweg een paar keer om en bedruip ze met het braadvocht uit de schaal. Schep de groenten tegelijkertijd ook een paar keer door elkaar.

