

Ingrediënten voor 2 personen

Benodigdheden: 1 hele kip
(biologisch/Tante Door/Franse
scharrel etc.) 1/4 liter magere
yoghurt 1 tbsp Provençaalse
kruiden 1 tbsp pikante
paprikapoeder 1 tbsp zout 1 tbsp
gemalen zwarte peper 3 tbsp
olijfolie 6 flinke geperste
knoflooktenen 1 fijn gesnipperde
rode ui 1 uitgeperste citroen (1
tbsp is 15 ml)

Tijd: > 2 uur
Keuken: Europees
Gang: Hoofdgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Kip Koningsberg

Met deze kip maak je vrienden.

Hulpmiddelen

Römertopf (geen optie maar must)

Bereidingswijze

Giet 1/4 liter magere yoghurt in een schaal en voeg alle ingrediënten toe. Meng tot een gladde homogene massa. Dit is je yoghurtmarinade. Neem een vershoudzak of een vacuümzak. Giet eerst de yoghurtmarinade in de zak en voeg dan de kip erbij. Masseer de marinade goed in de kip. Vacuümeer bij voorkeur de plastic zak zodat de marinade goed intrekt. Het geheel een nacht in de koelkast laten staan. Week de Römertopf minimaal een kwartier in koud water. Leg de kip (borst omhoog) erin en zet in een koude oven. Stel de oven in op 160 graden Celsius met luchtcirculatie en laat 2 uur afgedekt garen. Klaar!

Serveertips

Geef de kip vooraf een 'work out'. Knip het elastiek door en geef de kip een massage. Laat alles fladderen en schudden. Het ontspant de kip en bevordert de malsheid van het eindresultaat.

