



Poule au pot: gestoofde kip in bouillon met groenten

Het gerecht dat koning Hendrik IV elke zondag op tafel wou: een hele kip zacht gegaard in bouillon met winterse groenten. Licht, voedzaam en vol smaak.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	90'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 1 hele kip van ongeveer 1,5 kg
- 4 wortelen
- 3 preien
- 2 uien
- 3 kruidnagels
- 4 rapen

3 stengels bleekselder
2 laurierblaadjes
3 takjes tijm
1 eetlepel grof zeezout
versgemalen zwarte peper naar smaak

Bereidingswijze

- 1.** Leg de kip in een grote kookpot en overgiet met ruim koud water zodat ze volledig onderstaat.
- 2.** Breng langzaam aan de kook op middelhoog vuur en schep het grijze schuim dat bovenkomt regelmatig en zorgvuldig weg met een schuimspaan.
- 3.** Prik de kruidnagels in de gepelde uien en voeg ze toe aan de pot samen met de laurierblaadjes en de tijm.
- 4.** Kruid met het grove zeezout, draai het vuur laag en laat de kip 45 minuten zachtjes trekken. Het water mag nauwelijks bewegen en mag absoluut niet koken.
- 5.** Schil ondertussen de wortelen en de rapen en snij ze in grove stukken. Snij de prei in ringen van ongeveer 3 cm en snij de bleekselder in grovere stukken.
- 6.** Voeg alle groenten toe aan de pot en laat nog eens 45 minuten zachtjes sudderen tot zowel de kip als de groenten volledig gaar zijn.
- 7.** Haal de kip voorzichtig uit de pot en verdeel ze in porties. Schik het kipvlees samen met de groenten in diepe, voorverwarmde borden.
- 8.** Schep een royale pollepel van de heldere bouillon over elk bord en werk af met versgemalen zwarte peper.

Tip

Zeef de resterende bouillon na het koken en bewaar hem in de koelkast of vriezer. Hij is uitstekend als basis voor soep of saus. Laat de bouillon volledig afkoelen en schep het gestolde vetlaagje van het oppervlak voor een nog helderdere fond.

Lekker met

Serveer met knapperig stokbrood of gekookte aardappelen om de bouillon op te dippen.

Dranktip

Een lichte, droge witte wijn zoals een Bourgogne Aligoté of een Chablis past perfect bij de milde smaken van dit gerecht.

Ontdek meer recepten op kookpot.be