|  |
| --- |
| **KIPVINGERS** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ZET KLAAR** | | |
| * 3 soepborden * Scherp mes * snijplank * Tefal pan | | |
| **INGREDIËNTEN** | | |
| * Kipfilet 1 * Paneermeel * Bloem * Ei 2 * Paprikapoeder * Maisolie of olijfolie * Peper en zout | | |
| **AAN HET WERK** | | |
| 1 | * Snij de kipfilet in repen | Kipfilet in reepjes snijden | Iedereen Chef |
| 2 | * Kruid de reepjes met paprikapoeder, peper en zout. |  |
| 3 | * Dooier van het wit scheiden * Het wit gebruiken we niet | **[C:\Users\beheerder\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\7CFEB6D4.tmp](https://www.google.be/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fwww.lekkerensimpel.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2012%2F09%2Fhaarmasker-ei-scheiden0.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.lekkerensimpel.com%2Feen-ei-scheiden-het-kan-ook-zo%2F&docid=bRg5G1H4yX3NhM&tbnid=ZjRAlDnlN-sprM%3A&vet=10ahUKEwiC9rSB6drkAhUPCewKHVXQDNQQMwhpKAQwBA..i&w=4000&h=3000&hl=nl&bih=580&biw=1239&q=eieren%20scheiden&ved=0ahUKEwiC9rSB6drkAhUPCewKHVXQDNQQMwhpKAQwBA&iact=mrc&uact=8)** |
| 4 | * Klop de dooier los met een soeplepel melk * Gebruik een vork * In een soepbord |  |
| 5 | * Doe 3 à 4 soeplepels bloem in een soepbord * Doe 3 à 4 soeplepels paneermeel in een soepbord. |  |
| 6 | * Wentel de kipreepjes eerst door de bloem * Schud overtollige bloem af. | Instructievideo: Paneren - YouTube |
| 7 | * Dan wentel je de bebloemde kipreepjes door de losgeklopte eidooiers * Maak dat er overal eigeel rondzit. |
| 8 | * Als laatste wentel je de kipreepjes door het paneermeel. |  |
| 9 | * Doe een flinke scheut maisolie of olijfolie in een tefalpan |  |
| 10 | * Verwarm de olie * Bak de gepaneerde reepjes goudbruin. * Haal ze uit de pan * Laat uitlekken op keukenpapier | Pin van Eska op Heerlijke gerechten - Recept kip, Fodmap en Lekker |