

22-6-2017

Kookavond

Krokante gevogeltenuggets met een pittige komkommer dip.

Nodig:

- 200 gr kalkoen of kippestukjes
- Kipkruiden
- Natuur cornflakes
- 1 ei
- 1 el melk
- Pikante Spaans pigment
- Halve komkommer
- 1 teen look
- Potje natuuryoghurt
- Peper en zout

Zo maak je het:

- Verwarm de oven op 180 gr.
- Klop het ei los.
- Doe wat verkruidde cornflakes in een schaal.
- Kruid het vlees en haal door het ei en de cornflakes en leg op een ovenschaal.
- Bak ongeveer 12 à 14 min af in de oven (of in frituurpan).
- Snij de komkommer fijn met de look en laat uitlekken.
- Meng er de yoghurt erdoor en kruid af.
- Giet de dip in een kommetje die op een schaal staat, schik de nuggets er rond.