



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 19  
2016

Maak een foto van je gerecht en deel deze op . Je wordt misschien zelfs een verrassing!

## Kipmerguez met ovengroenten en gebakken aardappelen

Perfect voor een drukke dag

Dit recept is erg smaakvol zonder er veel werk aan te hebben. Omdat je bijna alles in de oven bereidt, heb je achteraf ook nog eens weinig afwas. Ideaal toch? Omdat je de kipmerguez in de oven mee bakt met de groenten, is dit gerecht heel smaakvol.



35-40 min



gemakkelijk



kind-  
vriendelijk



lactosevrij



glutenvrij



Masan (rosé)



Anabelle aardappel



Knoflookteen



Rode ui



Venkel



Rode paprika



Rozemarijn



Kipmerguez

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Anabelle aardappel (g)	300	600	900	1200	1500	1800
Knoflookteen	1	2	2	3	3	4
Rode ui	½	1	1½	2	2½	3
Venkel	½	1	1½	2	2½	3
Rode paprika	½	1	1½	2	2½	3
Rozemarijn (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Kipmerguez	2	4	6	8	10	12
Olijfolie (el)*	2	3	4	5	6	7
Peper & zout*				Naar smaak		

\* Zelf toevoegen

### Allergenen

In de producten uit de HelloFresh Box die je voor dit gerecht gebruikt zitten geen allergenen.

### Benodigheden

Wok of hapjespan met deksel, bakplaat met bakpapier

**Voedingswaarden** 603 kcal | 24 g eiwit | 68 g koolhydraten | 23 g vet, waarvan 4 g verzadigd | 12 g vezels



**1** Verwarm de oven voor op 200 graden. Was of schil de aardappelen (anabelle) en snijd in stukken. Snijd of pers de knoflook fijn. Verhit de helft van de olijfolie in een wok of hapjespan en bak de aardappelen en de helft van de knoflook 25 – 30 minuten, afgedekt, op middelhoog vuur. Roer regelmatig om. Haal na 20 minuten de deksel van de pan en breng op smaak met peper en zout.



**2** Snijd de rode ui in halve ringen. Snijd de venkel in kwarten, verwijder de harde kern en snijd in dunne parten. Snijd de paprika in repen. Meng de groenten met de rozemarijn, overige knoflook, overige olijfolie, peper en zout op een bakplaat met bakpapier. Leg de kipmerguez bij de groenten en bak 20 minuten in de oven. Schep tussendoor een keer om.



**3** Verdeel de aardappelen, groenten en kipmerguez over de borden.



**Tip!** Wil je het jezelf nog makkelijker maken? Bak de aardappelen dan 35 minuten in een ovenschaal in de oven op 200 graden. Zet na 15 minuten de bakplaat met de groenten en kipmerguez bij in de oven.