

In zoete sojasaus gebraden kip met Provençaalse kruiden

totale tijd **100 min.** 20 min. voorbereidingstijd 50 min. kooktijd 30 min. marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
2.750 kJ / 650 kcal

Vetten: **25 g** Eiwitten: **60 g**
Koolhydraten: **45 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

- 4** kippenbouten, met botten (ongeveer 1,5-2 kg)
- 4 el** Kikkoman zoete Sojasaus
- 2 el** Provençaalse kruiden
- 3** teentjes knoflook, fijngehakt
- 600 g** aardappelen, geschild en in kleinere stukken gesneden
- 2** wortelen, geschild en in plakjes gesneden
- 1** courgette, in plakjes gesneden
- 1** rode peper, in reepjes gesneden
- 1 el** olijfolie
- Zout en peper

VOORBEREIDING

Stap 1

4 kippenbouten, met botten (ongeveer 1,5-2 kg) - **4 el** Kikkoman zoete Sojasaus - **2 el** Provençaalse kruiden - **3** teentjes knoflook, fijngehakt - Versgemalen peper naar smaak
Meng in een grote kom de Kikkoman Saus voor Rijst, Provençaalse kruiden, gehakte knoflook en peper. Voeg de kippenpoten toe en draai ze om tot ze een gelijkmatig laagje hebben. Dek af en laat ongeveer 30 minuten marineren.

Stap 2

600 g aardappelen, geschild en in kleinere stukken gesneden - **2** wortelen, geschild en in plakjes gesneden - **1** courgette, in plakjes gesneden - **1** rode peper, in reepjes gesneden - **1 el** olijfolie - Zout en peper
Gooi de aardappelen, wortelen, courgette en paprika in een kom in een beetje olijfolie, zout en peper. Verdeel over een bakplaat. Schik de gemarineerde kip erop en giet de overgebleven marinade erover.

Stap 3

Bak 45-50 minuten in een voorverwarmde oven op 190°C, tot de kip helemaal gaar is en de groenten zacht en lichtbruin zijn. Serveer warm.