



### Frise Citroenkip met munt

Slank, gezond en erg lekker

Personen: 4

Bereidingstijd: 60 minuten

#### Ingrediënten:

- ~~Pem~~ bakspray/olijfolie
- 4 kippenpoten, zonder vel
- 5 cm gemberwortel, geraspt
- 3 eetlepels olijfolie
- 4 teentjes knoflook, geperst
- 1 groene Spaanse peper, zaadjes verwijderd en fijngehakt
- ½ theelepel kerriepoeder
- 1 theelepel gemalen komijn
- 1 theelepel gemalen koriander
- Zout
- Cayennepeper
- 200 ml kippenbouillon
- Sap en schil van 1 citroen
- 2 eetlepels verse peterselie, fijngehakt
- 1 eetlepel verse munt, fijngehakt
- 160g volkoren tagliatelle
- Blaadjes munt en schijfjes citroen voor garnering

#### Bereiding:

1. Verhit de ~~Pem~~ bakspray/olijfolie in een pan en bak hierin de kip aan alle kanten bruin. Schep de kip vervolgens uit de pan en laat rusten. Doe de gember en knoflook in de pan en bak deze 1 minuut. Roer dan de kerrie, komijn, koriander, cayennepeper en het zout erdoor en verwarm alles nog 1 minuut.
2. Leg de kip terug in de pan en voeg de bouillon, het citroensap en de geraspte citroenschil toe. Breng alles aan de kook. Laat het geheel nog 25 minuten zachtjes stoven.
3. Bereid ondertussen de volkoren tagliatelle volgens de aanwijzingen op de verpakking.
4. Voeg op het einde de munt en peterselie toe aan de kip. Leg een bedje van pasta op 4 borden met daarbovenop de kip. Garneer met blaadjes munt en schijfjes citroen.