PULLED CHICKEN WRAP MET AMERICAN COLESLAW



Yeah! Soms heb je een recept waar je vanaf moment één trots op bent. Deze pulled chicken wrap met American coleslaw is een feestje om te eten. De rode spitskool in combinatie met wortel, groene spitskool en peterslie zorgen voor een smaakvolle combinatie vol met frisse en verse smaken. De coleslaw is niet alleen lekker met pulled chicken in een wrap, maar kan ook goed op clubsandwiches, burgers of naast slow roasted rundvlees. En als je ziet hoe makkelijk het is, sta je helemaal versteld.







BENODIGDHEDEN VOOR 4-5 PERSONEN

Coleslaw

- 300 gr rode spitskool
- 150 gr witte spitskool
- 1 middelgrote winterpeen
- Handvol platte peterselie, fijn gesneden
- r. mayonaise
- yoghurt
- ppelazijn

- 1 el. Dijon mosterd
- 1/2 th. zout
- 1/2 th. gemalen peper
- 1 th. selderijzaad gemalen

Pulled chicken
- 1 kg. kippendijen
- Kipkruiden naar keuze
- 150 ml. cola
- 4 el. BBQ saus (naar smaak meer)
- 2 el. soja saus
- 1 el. ketjap manis
- 2 el. boter
- 1 el. honing
- 2 el. water
- 2 el. tomatenpuree

Overig:
- Wraps
- 2 Roma tomaten
- Plakjes augurk
- Limoen

BereidING

1) Kruid de kippendijen royaal met je favoriete kipkruiden. Braad de kippendijen aan in de boter in een grote stoofpan. Zorg ervoor dat je beide kanten licht goudbruin bakt. Voeg vervolgens de ketjap manis, honing, water, tomatenpuree, cola, bbq saus en soja saus toe en roer alles goed om, zodat alles goed gemengd is. Zet het vuur zacht en laat de kippendijen voor 70 minuten zachtjes garen.

Uiteindelijk zijn de kippendijen zo zacht dat ze langzaam uit elkaar vallen en je dus met twee vorken je kip eenvoudig kan pullen. Mocht de verhouding vocht te hoog zijn, voel je vrij er wat uit te scheppen. Uiteindelijk moet de kip met de saus een stevige substantie vormen. Voeg eventueel naar smaak nog meer BBQ-saus toe.

Wil je de kippendijen next level maken? Dat kan! Rook de kippendijen eerst indirect op de BBQ voor zo'n 1 uur op 110 graden met wat rookhout. Doe ze daarna in de koekenpan in combinatie met de ingrediënten. Het vlees is in dit geval nog smaakvoller.

2) Terwijl de kippendijen langzaam garen, begin je de groenten de snijden. Snijd de spitskolen door de helft en snijd het hart eruit. Snijd alles nogmaals door de helft en begin de kool super fijn te snijden. Snijd ook de winterpeen in dunne reepjes, nadat je hem hebt geschild. Mensen willen hier ook wel een mandoline voor gebruiken, maar met geduld en enkel een koksmes heb je ook genoeg. Hak de platte peterselie fijn en voeg alles bij elkaar in een grote kom.

3) Doe in een schaal de mayonaise, yoghurt, appelciderazijn, mosterd, zout, peper en gemalen selderijzaad en roer dit tot een gladde dressing. Voeg dit bij de gesneden groente en hussel alles goed door. Je coleslaw is klaar. Ideaal toch?

4) Verwarm de wrap aan één kant in een koekenpan en snijd de Roma tomaten in mooie plakjes. Serveer de wrap met de coleslaw, tomaat, augurk en de pulled chicken en geniet.

5) Eetsmakelijk!'

Lekker met een glas Escorihuela Gascon Pinot Noir (https://www.debigondier.nl/products/escorihuela-gascon-pinot-noir?_pos=1&_psq=pinot+noi&_ss=e&_v=1.0) erbij.

HULP NODIG OF VRAGEN?

Dit recept is samengesteld door De Bigondier. Stel je vragen of volg hem via:
Facebook (https://www.facebook.com/pg/debigondier)
Instagram (https://www.instagram.com/debigondier)

Bestel je ingrediënten online op https://degroentemannen.versbesteld.nl.