

Heb jij onze (h)eerlijke Gallux-kip al geproefd?

Recept



GEVLINDERDE GALLUX-KIP OP DE BBQ MET PROVENÇAALSE KRUIDEN, COURGETTE EN TOMAAT



INGREDIËNTEN

- Volledige Gallux-kip
- Olijfolie
- 2 eetlepels Provençalse kruiden
- 2 eetlepels Mediterrane kruiden
- 4 tenen look
- Peper en zout
- 2 eetlepels sojasaus
- 2 eetlepels kippenkruiden
- 2 courgettes
- 2 trossen van 3 tot 4 tomaten

BEREIDING

1. Knip de volledige Gallux-kip op haar ruggengraat door.
2. Leg de kip met het vel naar boven en duw ze op de borstkas plat.
3. Maak een marinade van olijfolie, 1 eetlepel Provençalse kruiden, de Mediterrane kruiden, knoflook, peper en zout, sojasaus en kippenkruiden. Smeer de kip in met de marinade.
4. Leg de gevulde kip op de BBQ met het vel naar beneden. Draai de kip gedurende een halfuur om de 5 minuten om en smeer daarna opnieuw in met de marinade.
5. Halveer de courgettes in de breedte en herhaal het, zodat je met 4 lange stroken courgette overblijft. Doe die stukken nog eens in 2.
6. Doe de courgettes in een schaal, voeg er een scheut olijfolie aan toe, 1 eetlepel Provençalse kruiden en peper en zout. Meng goed.
7. Leg de courgettes gedurende de laatste 10 minuten bij de kip op de BBQ.
8. Leg ook de 2 trossen tomaten gedurende de laatste 10 min op de BBQ.

RAADPLEEG AL ONZE RECEPTEN OP ONZE WEBSITE!



www.gallux.be

