



Kipnuggets

Van kipfilet en broodkruim zelf kipnuggets maken

Lekker: kipnuggets! Misschien bestel jij ze wel eens bij een Happy Meal? Nou, we kunnen je verzekeren dat deze zelfgemaakte nuggets wel 100 x lekkerder zijn. Help je mee?

Duratie	: 45 minuten
Vorbereidingstijd	: n.v.t
Ontwikkelingsgebied	: Cognitieve ontwikkeling, Motorische ontwikkeling
Doelgroep	: Kleuter (4 tot 6 jaar), 6-8 jaar, 8-12 jaar
Soort activiteit	: Eten en drinken
Groepsgrootte	: Individueel, Groep tot 3 kinderen, Groep tot 10 kinderen, Groep meer dan 10 kinderen



Wat heb je nodig?

Voor circa 4 porties

- 50 g bloem
- 1 tl zout
- 3 el halfvolle yoghurt
- 3 el kraanwater
- 1 ei
- 2 Hollandse kipfilets
- 75 g panko breadcrumbs
- 6 el arachideolie

Hoe maak je ze?

Doe de bloem en het zout in een kom. Roer er met een vork of garde de yoghurt en het water doorheen, totdat het beslag glad is (zonder klontjes!). Breek het ei boven het beslag in de kom en roer het er goed door. Doe er een beetje peper bij.

Snij elke kipfilet in 8 stukjes. Het is belangrijk dat je alle stukjes ongeveer even dik snijdt, want dan zijn straks alle nuggets tegelijk gaar. Doe het broodkruim in een kommetje. Prik een stukje kip aan een vork en haal eerst door het beslag en daarna door het broodkruim. Doe dit met alle stukjes.

Je kunt nu de kipnuggets gaan bakken. Maak de olie op middelhoog vuur warm in een koekenpan of hapjespan. Bak de helft van de nuggets in 5 minuten. Draai ze na ongeveer 2 minuten met een tang om, zodat ze aan alle kanten mooi bruin en gaar worden. Haal ze uit de pan en laat ze uitlekken op keukenpapier. Doe hetzelfde met de andere helft van de kipnuggets.

Bron

- <http://www.ah.nl/allerhande/recept/R-R1174458/kipnuggets>

Video

- <https://youtu.be/4RvMOE0kGTs>

