



Thermomix Gevulde kipfilet

Ingrediënten

- 4 kipfilets
- 4 dunne plakjes Hervekaas
- 4 sneetjes Gandaham
- 4 halfgedroogde tomaten
- 60 gr tomatenconcentraat
- 20 gr olijfolie
- snuifje peper en zout
- 1 zak spinazie (400 à 500 gram)
- 1 teentje knoflook
- 1 sjalot
- 20 gr arachideolie
- 50 gr room (eventueel)

www.alleskunner.be



Instructies

- Snijd elke kipfilet horizontaal in, maar snijd niet helemaal door. Plet met de zijkant van een mes het vlees plat.
- Kruid het vlees aan de binnen- en buitenkant met beetje peper en zout.
- Vul de kipfilets met een plakje kaas, een sneetje Gandaham en zongedroogde tomaten. Druk ze stevig aan. Je hoeft ze niet met keukentouw dicht te binden, want door de eiwitten en warmte zullen de helften mooi op elkaar blijven.
- Stop ze in een vacuümzak en trek de zak vacuüm.
- Gaar de kipfilets met **functie sous-vide/ tuur/ 63 graden**
- Haal de kipfilet uit de beker, dep de vacuümzak droog

Spinazie

- Pel de knoflook en sjalot en doe in de mengbeker, **5seconden/snelheid 5**
- - Spatel alles naar beneden en voeg de arachideolie toe **3minuten/100 graden/snelheid 1**

- Was de spinazie, verwijder de onderste dikke stelen en laat goed uitlekken. Nadien tussen de handen uitknijpen, zodat het overtollige vocht verwijderd is.
- Doe een deel van de spinazie in de beker. Stel in **snelheid 3** en voeg de rest van de spinazie via het gaatje bovenaan toe met behulp van de Thermomix spatel.
- Als alle spinazie in de mengbeker zit **10minuten/100 graden/snelheid 1**
- Breng op smaak met peper en zout. Voeg indien gewenst nog room toe en stel dan **3minuten/ 98graden/ snelheid 1**.

afwerking

- - Haal de kipfilets uit de vacuümzak en bak ze kort in de pan in wat boter en olijfolie voor een krokant korstje. Snijd erna het vlees in plakjes.
- Schep de spinazie op de borden en leg er enkele plakjes vlees op.