

FORTNUM & MASON

WINNAAR  
BEST COOKERY  
WRITER  
2015

FOOD AND DRINK AWARDS

*'Ik zou willen dat ik  
dit boek had geschreven'*

NIGELLA LAWSON

# GOUDEN KIP

120 RECEPTEN  
VOOR ELKE DAG  
EN ELK MOMENT

DIANA HENRY



DIANA HENRY

# GOUDEN KIP

*120 recepten voor elke dag en elk moment*



Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

  
KOSMOS

[www.kosmosuitgevers.nl](http://www.kosmosuitgevers.nl)

Oorspronkelijk uitgegeven in Engeland in 2015 door Mitchell Beazley, een onderdeel van Octopus Publishing Group Ltd  
© 2015 Octopus Publishing Group Ltd, Carmelite House, 50 Victoria Embankment, Londen EC4Y 0DZ  
Oorspronkelijke titel: *A Bird in the Hand: Chicken Recipes for Every Day and Every Mood*  
Tekst © Diana Henry 2015  
Vormgeving © Octopus Publishing 2015  
Fotografie © Laura Edwards 2015  
Diana Henry asserts her moral right to be identified as the author of this work.  
All rights reserved.

© 2015 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen  
Vertaling: Hilde Smeesters  
Omslagontwerp: SVPvormgeving  
Boekverzorging: Asterisk\*, Amsterdam  
ISBN 978 90 215 6057 1  
NUR 440

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved  
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.



# inhoud

inleiding 6

diners: gerechten voor elke avond van de week 8

de specerijenroute: geurig, geparfumeerd, heet 48

de hoofdvogel: zondagse lunches en chique etentjes 72

kip, scheuten en groen: salades met kip 108

feest: tijd om te vieren 132

zomer en rook: gegrild en op de barbecue 154

puur comfort: gerechten die je verwarmen en troosten 174

aan het staartje: wat doe je met een restje kip... 200

register 221

# inleiding

Kip speelde in al zijn vormen altijd een belangrijke rol in van mijn leven. Mijn broers, zussen en ik bestelden steevast *Chicken Maryland* als we uit eten gingen, een groot stuk goudbruin gebraden kip, geserveerd met gebakken banaan en spek. In de ‘grillroom’ bij ons om de hoek (die dingen bestonden nog in de jaren zeventig) zaten we op hippe stoelen die vreselijk jeukten met onze voeten bengelend boven de grond, en vielen op onze porties aan met een eetlust die groter was dan onze kinderbuiken. Thuis werd de met uien en peterselie gevulde kip met moeders frietjes op juichkreten onthaald. Later namen we als we gingen picknicken geen belegde broodjes maar een koude, gebraden kip mee waar we het vlees aftrokken en in zachte witte rolletjes draaiden. Kipcurry (de ouderwetse Britse, met currypasta, rozijnen en restjes gebraden kip) was de exotische begeleiding van een zondags avondje televisie. Toen ik uit eten genomen werd door een jongen die ik echt graag mocht, bestelde ik kip. En de allereerste keer dat ik voor mijn partner kookte, vroeg hij me om een stoofpot van kip, prei en appels te maken (het recept staat op pagina 192).

Ik steel stiekem restjes kip uit de koelkast (en neem meteen de fles HP-saus mee). Het eerste wat ik in Portugal (piri piri) of de Verenigde Staten (gebakken) bestel, is kip. Ik herinner me het einde van een draaidag met Hugh Fearnly-Whittingstall (ik was televisieproducent voordat ik culinair schrijver werd). Hugh FW keek naar het restje kip op mijn bord. Aan de afgekloven, witte botjes kon je haast niet meer zien wat ik gegeten had. ‘Wat heb je met die kip gedaan?’ vroeg Hugh (er klonk onverholen bewondering door in zijn stem). ‘Ik heb hem tot op het bot uitgekleet,’ antwoordde ik. ‘Zoals ik het geleerd heb.’ Daarvoor moet ik mijn vader danken, die altijd op de kleine stukjes vlees wees die niet van het karkas waren gekloven. Hij was dol op de smakelijkste stukjes van de kip: de rugfilets (die kleine mollige vleeskussentjes aan de onderkant van de kip), de vleugels met hun krokante puntjes, de sappige dijen. In mijn familie leerde je alles over het genot dat kip je kon schenken.

Het lijkt erop dat ik niet de enige ben die kip als een beste, of op zijn minst goede, vriend beschouw. Gebraden kip, kip tikka masala, Jamaïcaanse kip, heel veel culturen koesteren hun kipgerechten. De meeste mensen eten wel kip, zelfs als ze geen grote vleeseters zijn. Met kip kun je alle kanten uit, en dat bedoel ik in de goede zin des woords. Het is als basiskleding die je kunt dragen zoals die is (voor kinderen die niets lusten) of naar je eigen smaak kunt oppimpen (wanneer je een gerecht wilt serveren waar alle gasten het recept van vragen). Ik heb zo’n beetje alles met kip gedaan. Stukjes kipfilet geplet, door ei en broodkruim gehaald en gebakken (een lievelingsgerecht van mijn kinderen) tot een dure kip gepekeld en geserveerd op een grote schaal, omringd

door glanzende kastanjes en pruimen (voor het kerstdiner). Ik bereid kipgerechten van over de hele wereld en er gaat geen week voorbij of er staat minstens één keer kip op het menu.

Tegenwoordig geef ik meer geld uit aan een goede kip, maar koop ik ze minder vaak. Een gebraden kip gebruik ik voor meerdere maaltijden, omdat er altijd bouillon en vlees over is. Op die manier is een dure kip nog altijd een relatief goedkope optie. Ik zorg ervoor dat ik kippen van een traag groeiend ras koop die minstens negen weken oud zijn voor ze geslacht worden, buiten gelopen hebben en speciale voeding kregen. Je vindt ze als graankip, maïskip, of biologische kip. En dan is er natuurlijk altijd ook nog de poule de Bresse kopen (een dure, maar heerlijke traktatie als je echt van kip houdt). Als ik een goudbruine, krokant gebraden kip wil, geef ik daar graag wat meer geld aan uit. Maar met een beetje inspiratie en wat extra toewijding in de keuken, kun je ook van een minder dure kip een heerlijke maaltijd maken. Foodies klagen soms dat kip ‘geen smaak’ heeft, en dan vraag ik me af wat ze er in godsnaam mee doen. Koop gewoon de beste kip die je kunt veroorloven en ga daarmee aan de slag.

Lezers en vrienden vragen me vaak om hulp als ze kip klaarmaken. Ze willen weten hoe ze meer kunnen variëren en wat ze kunnen doen om te voorkomen dat het altijd weer hetzelfde gerecht wordt. Toegegeven, het is mijn werk om over eten na te denken, maar toch zit ik soms met hetzelfde probleem en vraag ik me af wat ik ’s avonds op tafel moet zetten. Daarom verzamelde ik alle gerechten die ik kon vinden voor dit boek. Het zijn oude lievelingsgerechten, maar ook nieuwe recepten. Over het algemeen zijn ze niet moeilijk. Ik heb er een paar teksten tussen gezet over bakken en braden die je moet lezen, maar ik heb vooral geprobeerd om de uitleg bij elk recept tot het minimum te beperken. Kip bereiden moet gemakkelijk zijn en er is geen enkele reden om het jezelf moeilijk te maken. Ik wil je vooral nieuwe recepten en frisse ideeën bieden. Heel wat klassiekers kregen geen plaats in dit boek. De recepten voor Thaise groene curry met kip hebben andere mensen al opgeschreven, dus dat recept geef ik niet. Ik zorg voor minder bekende recepten en variaties op het alledaagse. Dit boek had drie keer zo dik kunnen zijn, maar ik wilde liever een bruikbaar kookboek maken dan een allesomvattende encyclopedie.

Elk recept uit dit kookboek heb ik ook zelf bereid. Ik hoop dat ze ook onderdeel worden van jouw kookrepertoire en dat de avonden waarop je een schaal kippendijen uit de koelkast haalt en denkt ‘wat moet ik hier in godsnaam mee aanvangen?’ tot het verleden behoren. Als je kip in de koelkast hebt liggen, staat er straks gegarandeerd een lekkere maaltijd op tafel.



# pittige gebraden kip met gort-granaatappelvulling en georgische aubergine-pkhali

*Alleen de puree is Georgisch, maar de bereiding van de kip is wel geïnspireerd op de Georgische keuken. Het lijkt of er veel aubergine wordt gebruikt voor de puree, maar als je alleen de binnenkant gebruikt, valt het wel mee. In de zomer kun je de granaatappelpitten in de vulling vervangen door verse kersen.*

VOOR 6 TOT 8 PERSONEN

## VOOR DE KIP

80 g parelgort  
1 kleine ui, fijngehakt  
1 el olijfolie  
3 teentjes knoflook,  
fijngehakt  
peper en zout  
100 g feta, verkruimeld  
3 el grofgehakte  
bladpeterselie  
3 el grofgehakte  
korianderblaadjes  
135 g granaatappelpitten  
1 kip van 1,8 kg  
300 g crème fraîche  
een snufje cayennepeper

## VOOR DE AUBERGINES

4 aubergines  
olijfolie  
4 teentjes knoflook,  
fijngehakt  
1 tl grof zeezout  
1 tl korianderpoeder  
1¼ tl cayennepeper  
een flinke snuf  
fenegriekpoeder  
150 g walnoten  
3 el extra vergine olijfolie  
4 el fijngehakte  
bladpeterselie  
¾ el wittewijnazijn

Breng de parelgort met ruim water aan de kook, draai het vuur laag en laat 25 minuten pruttelen. Giet af en doe in een mengkom. Bak de ui in olijfolie zacht en goudgeel. Voeg de knoflook toe en bak nog 2 minuten. Voeg toe aan de gort en laat afkoelen. Bestrooi met peper en zout en doe er de feta, kruiden en granaatappelpitten bij. Controleer de smaak.

Verhit de oven tot 180 °C / gasoven stand 4. Bestrijk de aubergines met olijfolie en prik er een paar keer in met een vork. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en rooster ze 40 tot 50 minuten in de oven. Ze moeten helemaal zacht zijn. Laat ze afkoelen.

Snijd het vet bij de buikholte van de kip weg. Bestrooi de kip vanbinnen met peper en zout, leg ze in een braadslee en vul de kip. Je kunt nu de buikholte dichtnaaien met keukentouw of er kleine pennen door steken. Meng de crème fraîche met de cayennepeper en breng op smaak met peper en zout. Wrijf de kip er grondig mee in. Bak 1 uur en 15 minuten in de oven. Dek de kip af met aluminiumfolie als ze te donker wordt. Controleer of de kip gaar is. Dat gaat het beste met een vleesthermometer. Je kunt ook met een scherp mes in het vlees prikken, het vocht dat eruit stroomt moet helder en niet troebel zijn. Laat 15 minuten rusten.

Wrijf de knoflook met het zeezout in een vijzel tot een pasta. Voeg de specerijen, walnoten, de helft van de extra vergine olijfolie en de helft van de peterselie toe en wrijf tot een korrelige pasta. Roer de rest van de olie, de azijn, 1 eetlepel water en de rest van de peterselie erdoor. Voeg naar smaak peper en zout toe. De smaak is uitgesproken, maar gaat goed samen met de aubergine. Halveer de aubergines en schep het vrucht vlees in een kom. Meng tot een grove puree en roer er dan het walnotenmengsel door. Je hebt geen rijst of pasta nodig, maar een kommetje yoghurt is een goed idee.

## *kip is dol op kruiden*

*Het is moeilijk een kruid te bedenken dat je niet met kip zou kunnen combineren. Kippenvlees wordt vaak als flets afgedaan, maar het kan de sterkste kruiden aan, zoals rozemarijn, lavendel, tijm en salie. De smaak wordt evengoed verbeterd door subtiele kruiden zoals dragon, peterselie, basilicum, dille, koriander en kervel. Als je na het werk nog als een gek naar de winkel moet rennen, gooi dan wat kruiden en kipkarbonades in je boodschappenmand en je avondeten ziet er meteen een stuk aantrekkelijker uit. Dragon is voor heel wat mensen favoriet in combinatie met kip. De kleine anijsachtige blaadjes zijn perfect in een pan met kip badend in room. Of laat de room achterwege en stop een bosje gekneusde dragon in de buikholte van de kip.*

*Of neem boter. Je kunt kruidenboter onder het vel wrijven. En wat dacht je van een tortilla met een gegrilde kippendij die druipt van de koriander- en chiliboter? Dat is het soort maaltijd waarvoor je thuis wilt komen.*

*De zachtere kruiden doen het goed met gepocheerde of gestoofde kip. Ze vormen als het ware een geurige adem rond de kip. Koriander maakt er iets Aziatisch van. Dille en koriander nemen je mee naar het Midden-Oosten. En peterselie is de Lage Landen op hun best. Kip in een kruidenbouillon smaakt puur en verkwikkend. Bovendien laat het je in al zijn eenvoud zowel de kip als de smaak van de kruiden proeven.*

*Houtachtige kruiden verdragen de hitte van het braden. Een kip gevuld met tijm (en citroen) is een eenvoudige maaltijd die zelfs de meest luie kok aankan. Een braadslee vol kipkarbonades heeft alleen nog wat rozemarijn en citroen, boter of olijfolie en peper en zout nodig om een avondmaaltijd te worden die veel meer is dan de som van de afzonderlijke delen.*

*Lavendel deelt een paar goede eigenschappen met rozemarijn en doet me altijd naar de honingpot grijpen (gemarineerde kip gebraden in olijfolie, lavendel, honing en wat balsamico is fantastisch: op en top zomer). Perziken of abrikozen zijn een goede begeleiding omdat hun gouden vlees het paars van de lavendel mooi doet uitkomen. Tijm heeft ook prachtige bloemen, maar de smaak is delicateser. Ik weet uit ervaring dat je tijm niet mag begraven onder te veel andere ingrediënten en dat het altijd een beetje hulp kan gebruiken. Elk gerecht dat je met tijm (of citroentijm) bereidt, heeft aan het einde wat verse blaadjes nodig. Salie is voor mij redelijk brutaal, maar het doet kip beter smaken en brengt de vlezigheid naar boven (geef er een bijgerecht van gepureerde, zoete, geroosterde pompoen bij als contrast en ik ben gelukkig).*

*In dit boek worden minstens een dozijn verschillende kruiden gebruikt om gerechten te creëren die van delicaat tot alledaags en stevig gaan. De kleine kruidenbosjes uit de supermarkt mogen er dan verlept en smakeloos uitzien, maar vergis je niet. Kip is er dol op.*



## *kip is dol op citrusvruchten*

*Je bent niet in stemming voor iets moeilijks, maar vindt een likje boter of een scheut olijfolie in je braadslee ook niet voldoende. Neem dan een citroen. Het sap en de geraspte of uitgeperste schil kun je in de buikholte stoppen... met weinig moeite krijg je een smaakvol effect. Het effect van citroen mag je niet onderschatten. De frisheid dringt in het zacht smakende vlees, de sappen mengen zich met die van de kip en produceren een saus waarin vet en zuur uitstekend samengaan.*

*In het Middellandse Zeegebied en in het Midden-Oosten zijn citroenen de belangrijkste citrusvruchten. In Zuidoost-Azië zijn dat limoenen. Limoenen smaken iets 'groener', zurriger, exotischer dan citroenen. Een vriendin uit India leerde me een geweldig trucje. Voor het bakken knijpt ze limoensap over haar kip en duwt de gehalveerde limoenen in de buikholte met een grote bos munt en gepelde teentjes knoflook. Je eet de kip met het kookvocht en in kokosmelk gekookte rijst. Het is dagelijkse kost die zowel aards als verheffend is. En het is de limoen, net als de kokos, die het hem doet.*

*Sinaasappels zijn niet zo zuur als limoenen en citroenen en ik gebruik ze minder vaak in combinatie met kip. Kip wordt er iets zachter en zoeter van. Je combineert ze het best met warme specerijen, honing, of een bittere tegenhanger (probeer eens kip te braden met een mengsel van sinaasappelsap, honing en kaneel; bedruip regelmatig met braadvocht en serveer met gekaramelliseerde witlof). Sinaasappels zijn fantastisch vanwege hun kleur. Omdat je het vruchtvlees kunt opeten (zonder gekke bekken te trekken) worden ze een integraal onderdeel van een kippgerecht. Snijd een sinaasappel met dunne schil in partjes en doe ze in de braadslee met piepkuijens. Voeg olijfolie, sinaasappelsap, sherryazijn, peper, zout en takjes tijm toe. Strooi wat basterdsuiker over de sinaasappels en zet alles in de oven. De heerlijke, licht verbrande, gekaramelliseerde sinaasappels smaken geweldig bij het kruidige piepkuijenvlees.*

*Het sap van citrusvruchten wordt niet alleen gebruikt als expliciete smaakmaker. Een scheutje citroen- of limoensap is een smaakmaker die even sterk is als zout of suiker. Het verhoogt de smaak en verbindt. Als je denkt dat er iets mankeert aan je gerecht – de kip met dragon en room is niet helemaal je dat, of de kokossoep met kip smaakt een beetje flauw – dan is dat ongrijpbare 'iets' vaak citroen- of limoensap. Het verdiept, rondt af, verhoogt en brengt de onderdelen van een gerecht samen.*

*Vergeet ten slotte de limoenen en citroenen niet als je de kip serveert. Plakjes citroen zijn al lang niet meer het alleenrecht van visgerechten. Andere culturen gebruiken citroen en limoen op dezelfde manier als wij zout gebruiken: kippkebabs, gegrilde dijen of piepkuijens op de barbecue krijgen bijna allemaal een finale 'lift' – een heerlijke sappigheid – met een flinke scheut citrussap.*



# met palmsuiker gegrilde kip met radijsjes, komkommer en mihoen

*Ik ben echt dol op de koude noedels, krokante groenten, zoete kip en hete dressing. Probeer watermeloenradijs te vinden, een Aziatische radijs met een wonderlijk roze binnenkant en een fantastische textuur. Je kunt ook veelkleurige radijsjes gebruiken als alternatief, en zelfs gewone radijsjes zijn oké.*

VOOR 4 PERSONEN

## VOOR DE SALADE

- 1 stengel citroengras
- 150 ml sojasaus
- 50 ml rijstwijn
- 40 g gember, geschild en geraspt
- 6 teentjes knoflook, geraspt of geperst
- 4½ el palmsuiker of lichtbruine basterdsuiker
- 1 bosje koriander
- het sap van 2 limoenen
- 8 kippendijen zonder bot en vel
- 150 g mihoen
- 175 g radijs
- 150 g komkommer (liefst een buitenkomkommer)
- 2 el arachideolie
- de blaadjes van een klein bosje munt, gescheurd

## VOOR DE DRESSING

- 2 el ongekookte rijst
- 1 rode chilipeper, zonder zaadjes, fijngehakt
- 2 el palmsuiker of lichtbruine basterdsuiker
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- 2 tl geraspte gember
- 50 ml vissaus
- het sap van 1 limoen

Verwijder de harde buitenkant van het citroengras en snijd de boven- en onderkant weg. Snipper het zachte witte deel van het citroengras zo fijn als je kunt. Meng met sojasaus, rijstwijn, gember, knoflook, palmsuiker, fijngehakte steeltjes koriander en de helft van het limoensap. Leg de kippendijen in een schaal en giet de marinade erover. Keer ze een aantal malen zodat ze helemaal bedekt zijn. Dek af met plasticfolie en zet ongeveer 4 uur in de koelkast. Zorg dat de kip weer op kamertemperatuur is als je verdergaat.

Bak in 2 à 3 minuten de rijst voor de dressing in een hete koekenpan goudgeel. Schud de pan regelmatig om. Doe de rijst dan in een grote vijzel of specerijenmolen en laat afkoelen. Maal of plet. Doe de chilipeper, palmsuiker en knoflook in een vijzel en wrijf tot je bijna een pasta hebt. Roer er de gember en, beetje bij beetje, de vissaus en het limoensap door. Voeg ten slotte 1 eetlepel van de geroosterde rijst toe.

Week de mihoen 4 minuten in water dat net gekookt heeft. Giet af, laat er koud water over stromen en laat uitlekken en afkoelen.

Snijd de radijsjes en de komkommer in dunne plakjes. Meng de mihoen met de komkommer, radijs, de rest van het limoensap, olie en het grootste deel van de munt.

Verhit een grillpan. Schud het teveel aan marinade van de kip en grill aan beide kanten. Begin op een middelhoog vuur om een goede kleur te krijgen en zet het vuur dan lager om de kip te garen.

Verdeel de salade over vier kommen. Leg de kip erop en bestrooi met de rest van de munt. Schep er wat dressing over en geef de rest in een aparte kom.



*'Ik wil alles eten  
wat Diana Henry kookt.'*

YOTAM OTTOLENGHI

Foodgoeroe Diana Henry geeft je in dit boek 120 recepten met kip in de hoofdrol. Van snelle Vietnamese chilikip, Thaise kipburgers en kiptajine met ui en peer tot geroosterde kip met granaatappel en feta: voor elk moment en elke gelegenheid is er een verrassend veelzijdig recept met het meest geliefde stukje vlees.



9 789021 560571

[www.kosmosuitgevers.nl](http://www.kosmosuitgevers.nl)



KOSMOS

NUR 440  
Kosmos Uitgevers,  
Utrecht/Antwerpen