

Een simpele Coq au Vin / A simple Coq au Vin



Boodschappen

4 bio-kippendij filets	2 eetlepels tarwebloem
20 gram ongezouten boter	1 eetlepel tomatenpuree
4 sjalotten	300 ml rode wijn
2 tenen knoflook	1 bouillonblokje
250 gram kastanjechampignons	250 ml water
125 gram magere spekblokjes	takjes verse tijm

Zo maak je een simpele Coq au Vin

Verhit de boter in een braadpan en bak de kip op hoog vuur in 5 minuten rondom bruin. Schep de kip uit de pan en zet het opzij.

Snij intussen de sjalotten en de champignons in kwarten en pel de knoflook.

Bak spek, sjalot en champignons 5 minuten op middelhoog vuur in het achtergebleven bakvet. Voeg knoflook, bloem en tomatenpuree toe, bak 2 minuten mee en doe de kip terug in de pan.

Doe de wijn, bouillonblokje, water en takjes tijm erbij en breng het aan de kook.

Draai het vuur laag, deksel op de pan, laat 1 uur stoven tot de kip gaar en de saus dikker is.

Haal na 15 minuten de deksel van de pan en keer de kip halverwege om.

Serveer de Coq au Vin met aardappelpuree, gebakken aardappelen of frietjes, met rijst of brood kan ook.

Geef er optioneel sperziebonen (klassiek) of een frisse groene salade bij.

Een simpele Coq au Vin / A simple Coq au Vin



Shopping list

4 organic chicken thighs fillets	2 tablespoons wheat flour
20g unsalted butter	1 tablespoon canned tomato paste
4 shallots	300 ml red wine
2 cloves of garlic	1 chicken stock cube
250g chestnut mushrooms	250 ml water
125g lean bacon cubes	sprigs of fresh thyme

How to make a simple Coq au Vin

Heat the butter in a frying pan and fry the chicken over high heat for 5 minutes, until brown on all sides. Remove the chicken from the pan and set it aside.

In the meantime, cut the shallots and mushrooms into quarters and peel the garlic.

Fry bacon, shallot and mushrooms in the remaining shortening for 5 minutes over medium heat. Add garlic, flour and tomato puree, fry for 2 minutes and return the chicken to the pan.

Add the wine, stock cube, water and thyme sprigs and bring to the boil.

Turn the heat low, cover the pan and let simmer for 1 hour and until the sauce has thickened. After 15 minutes, remove the lid from the pan and turn the chicken halfway through.

Serve the Coq au Vin with mashed potatoes or fries, with rice or bread is also an option.

Optionally serve with green beans (classic) or a fresh green salad.