Oventray kip groente

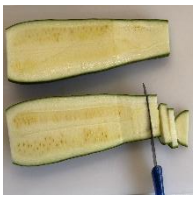


Wat heb je nodig

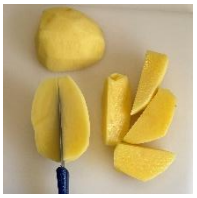
250 gram kipfilet
400 gram aardappelen (vastkokend)
1 rode paprika
1 courgette
200 gram champignons
1 rode ui
2 teentjes knoflook
2 eetlepels olie
1½ theelepel paprikapoeder
1½ theelepel Italiaanse kruiden
½ theelepel gedroogde tijm
2 snufjes peper




Pel de teentjes knoflook en snijd de uiteinden eraf.
Snijd de knoflook in heel kleine stukjes.
Snijd doormidden en haal de zaden eruit.
Was de paprika, dep hem droog en snijd hem in stukken.

Zet de oven op 200 graden en leg een vel bakpapier op de bakplaat.
Pel de ui en snijd hem in parten.
Was de courgette en dep hem droog met keukenpapier.
Snijd de courgette in de lengte doormidden en snijd in plakjes.

Maak de champignons schoon en haal de steeltjes eraf.
Snijd de champignons door de helft.
Schil en was de aardappelen.
Snijd de aardappelen in parten en doe ze in een schaal.




Doe de olie, de knoflook en de tijm in een schaaltje.
Doe er 1 theelepel paprikapoeder en 1 theelepel Italiaanse kruiden bij.
Roer alles goed door elkaar tot een kruidenolie.
Doe 1½ eetlepel kruidenolie bij de aardappels en roer door elkaar.




Leg de aardappelen op de bakplaat.
Zet de bakplaat in de oven en bak 15 minuten.
Doe de gesneden groente in een schaal.
Doe de rest van de kruidenolie erbij en roer goed door elkaar.




Snijd de kip in stukken van 3 cm.
Leg de kip op een bord.
Doe de peper en een ½ theelepel paprikapoeder op de kip.
Doe er ook een ½ theelepel Italiaanse kruiden bij.




Leg de groente tussen de aardappelen op de bakplaat.
Leg de kipfilet ertussen.
Zet de bakplaat in de oven.
Bak het in 25 minuten gaar.