



Kip katsu

Knapperig gepaneerde kipfilet met luchtige pankokorst, geserveerd met gestoomde sushirijst en een partje citroen. Een Japans klassieker die verrassend eenvoudig te maken is.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	20'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

- 4 kipfilets (elk ca. 150 gr)
- 120 gr panko
- 80 gr bloem
- 2 eieren
- zout en peper
- zonnebloemolie om te bakken
- 400 gr sushirijst
- 1 citroen

Bereidingswijze

- 1.** Kook de sushirijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- 2.** Dek de kipfilets af met vershoudfolie en sla ze met een vleeshamer of de bodem van een pan lichtjes plat tot een dikte van circa 1,5 cm. Kruid aan beide kanten met zout en peper.
- 3.** Zet drie diepe borden klaar: het eerste met bloem, het tweede met de losgeslagen eieren en het derde met de panko.
- 4.** Haal elke filet achtereenvolgens door de bloem (klop het overschot eraf), door het ei en tot slot door de panko. Druk de panko goed aan zodat hij gelijkmatig hecht.
- 5.** Verhit een laagje zonnebloemolie van circa 1 cm diep in een ruime koekenpan op middelhoog vuur. Het olie is warm genoeg wanneer een broodkruim meteen begint te sissen.
- 6.** Bak de filets 4 tot 5 minuten per kant tot ze goudbruin en volledig gaar zijn. Werk eventueel in twee beurten om de pan niet te overladen.
- 7.** Laat de filets kort uitlekken op keukenpapier. Snijd ze in schuine reepjes van circa 2 cm breed en serveer meteen met de sushirijst en een partje citroen.

Tip

Zorg ervoor dat de olie op temperatuur is voor je de filets legt. Te koude olie zorgt voor een vette, slappe korst in plaats van een krokante. Gebruik een keukenthermometer en mik op circa 170 graden Celsius.

Lekker met

Gestoomde sushirijst en een lichte komkommersla of fijngesneden witte kool met sesamdressing.

Dranktip

Een gekoelde Japanse lager zoals Sapporo of Asahi past uitstekend bij de krokante korst. Wie geen alcohol drinkt, kiest voor ijskoude groene thee.