



Perzische fesenjan met kip, walnoot en granaatappel

Een rijke Perzische feeststoof waarin kip zacht gaart in een dikke saus van gemalen walnoten en granaatappelmelasse. Zoet, zuur en diep van smaak tegelijk: dit gerecht is een echte klassieker uit de Iraanse keuken.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	75'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

800 gr kippenbouten of kippendijen
250 gr walnoten
4 el granaatappelmelasse
1 grote ui
500 ml water

1 el suiker
0,5 kl kurkuma
3 el olijfolie
Zout en peper naar smaak
Een handvol granaatappelpitjes om te garneren

Bereidingswijze

1. Maal de walnoten fijn in een keukenmachine tot een grof meel.
2. Rooster het walnootmeel al roerend droog in een pan op middelhoog vuur tot het begint te geuren. Haal van het vuur en zet apart.
3. Snipper de ui fijn. Verhit de olijfolie in een ruime stoofpot en fruit de ui op middelhoog vuur glazig. Voeg de kurkuma toe en roer goed door.
4. Voeg de kippenstukken toe en bak ze rondom aan tot ze licht gekleurd zijn.
5. Voeg het geroosterde walnootmeel, de granaatappelmelasse, de suiker en het water toe. Roer alles goed door en breng op smaak met zout en peper.
6. Dek de pot af en laat het geheel op laag vuur minstens 1 uur en 15 minuten zachtjes stoven. De saus moet dik en donkerbruin worden en de kip moet zeer mals zijn.
7. Proef en balanceer indien nodig het zoete en het zure door extra suiker of granaatappelmelasse toe te voegen.
8. Schep op een schaal, garneer met granaatappelpitjes en serveer meteen.

Tip

Hoe langer fesenjan stooft, hoe dieper en rijker de smaak wordt. Maak het gerust een dag op voorhand klaar en warm het zachtjes op: het smaakt de volgende dag nog beter.

Lekker met

Witte basmatirijst of Iraans saffraanrijst

Dranktip

Een glas granaatappelsap of een lichte rode wijn met fruitige tonen past mooi bij de zoetzure saus.