

Aardappelflensjes 1. Schil de aardappelen, de ui en de wortel en was ze goed.

1. Snijd alle groenten in juliennereepjes en plaats ze in een grote mengschaal.
2. Voeg het meel toe (hoeveelheid is afhankelijk van de vochtigheid van de groenten) samen met het ei en zout. Meng alles goed onder elkaar.
3. Haal de mengarm uit de bereidingsschaal.
4. Bedek de bodem met bakpapier en giet aan de hand van een lepel beetje per beetje deeg in de schaal. Maak alles goed glad.
5. In de schaal kan je zeker 5 tot 6 flensjes tegelijk bakken.
6. Sluit het deksel en draai de thermostaatknop op stand 4. Schakel de onderste weerstand in en zet de Multifry aan.
7. Bak de flensjes 10 à 12 minuten, tot dat ze goudbruin zijn.
8. Wanneer alle flensjes gebakken zijn, verwijder het bakpapier van de bereidingsschaal. Smeer de schaal in met olie en bak de flensjes nogmaals 2 minuten aan elke kant.

INGREDIËNTEN

- Middelgrote aardappelen: 4
- Ui: 1/2
- Wortel: 1
- Ei: 1
- Tarwebloem: 100gr
- Zout: naar smaak
- Olie: niv. 3

Jagerstoofpot met kip

1. Haal de mengarm uit de bereidingsschaal.
2. Maak de kip schoon en plaats in de bereidingsschaal samen met de olie.
3. Sluit het deksel, draai de thermostaatknop op stand 4, schakel de onderste weerstand in en druk op de aan-/uit knop. Braad de kip voor 15 min.
4. Voeg de fijngehakte knoflook, ui, bleekselderij en wortel toe en breng op smaak met peper en zout. Gedurende 5 min laten sudderen.
5. Voeg de tomaat en de olijven toe en laat het nog 20 min in de Multifry bakken. Gedurende die 20 min dient u het vlees 1 à 2 keer om te draaien.
6. Voeg aan het einde gehakte verse peterselie toe en serveer warm met aardappelpuree of polenta.

INGREDIËNTEN

- Stukken kip: 1 kg
- Ui: 1
- Wortels: 2
- Selderij: 3 stengels
- Knoflook: 1 teentje
- Zonnebloemolie : niv. 5
- Rode wijn: 1 glas
- Gepelde tomaten: 400 gr
- Olijven: 50 gr
- Zout, peper, peterselie: Naar wens