

# Insalata di pollo estiva

## Zomerse Kip salade

### Ingrediënten:

#### Marinade / Dressing:

2 eetlepels olijfolie  
sap van 1 citroen  
2 eetl. water  
2 eetl. rode wijnazijn  
2 eetl. vers gehakte peterselie  
2 theel. gedroogde basilicum  
2 tenen knoflook geperst  
1 theel. gedroogde oregano  
1 theel. zout  
gemalen peper, naar smaak



#### Salade:

300 gram (Romaine) sla, gewassen en gesneden  
1 grote komkommer in blokjes gesneden  
2 a 3 tomaten in blokjes gesneden  
1 rode ui in plakjes  
1 avocado in plakjes (optioneel)  
60 gram ontpitte zwarte of kalamata olijven, in plakjes gesneden  
Citroenpartjes om te serveren

500 g kipfilet (of kippijfilet) in 1 ½ cm brede reepjes gesneden (heel laten als je gaat grillen)

#### Bereiding:

Meng alle ingrediënten van de marinade / dressing in een grote maatbeker.  
Giet de helft van deze marinade in een grote mengkom.  
Zet de rest van de marinade in de koelkast om later als dressing te gebruiken.  
Doe dan de kipreepjes bij de marinade in de mengkom en marineer de kip 15-30 min.  
(tot 2 uur, hoe langer hoe beter) in de koelkast.  
Snijd vervolgens alle ingrediënten voor de salade en meng goed in een grote slakom.  
Als je de avocado gebruikt; snij deze dan als laatste en besprenkel met wat citroensap.  
Na de marineertijd, verwarm je 1 eetlepel olie in een (grill)pan op middelhoog vuur.  
Bak of grill de kip aan beide kanten bruin en gaar.  
Laat de kip 5 minuten afkoelen, (snij de gegrilde kip) en verdeel over de salade.  
Besprenkel de salade met de resterende ONGEBRUIKTE dressing.  
Geef er evt. partjes citroen bij.  
Extra lekker maken? Voeg 60 gram verkruimelde Feta toe!

Vegetarische optie:

Gebruik 250 a 300 gram verkruimelde feta i.p.v. de kipfilet.

Serveer met warme ciabatta

Buon Appetito!

Liefs Team Il Bocconcino