

Naam:

Klas: Datum:

Homemade kippenbouillon

Een lichte kippenbouillon is onmisbaar in de keuken. Het is een perfecte smaakmaker voor een heerlijke soep en geeft extra smaak aan saus.

Geef de voorkeur aan zelfgemaakte bouillon boven kant-en-klare bouillon blokjes. Deze blokjes zijn vaak heel zout en er komt niet veel kip aan te pas.

Traditioneel wordt een kippenbouillon gemaakt met een ganse soepkip, maar in dit recept maken we het onszelf iets makkelijker door kippenvleugeltjes te gebruiken. De reden waarom er een volledige kip wordt gebruikt is omdat een soepkip taai is. Door ze langzaam en lang te laten pruttelen, konden mensen vroeger ook het vlees na het trekken van de bouillon toch nog eten (vb in vol-au-vent). Of men gebruikte het karkas van een braadkip nogmaals door het in de bouillon te doen.

Wij gebruiken de vleugeltjes omdat die heel veel kraakbeen bevatten. Het is dat kraakbeen dat zorgt voor gelatine in je bouillon. Niet alleen een perfecte smaakmaker, maar bovendien ook nog eens goed voor je huid en je gezondheid! Het is niet voor niets dat mensen vroeger kippensoep dronken wanneer ze zwaar verkouden waren.

Een kippenbouillon is een lichte bouillon (van kleur, dat bedoel ik) Je hoeft dus geen beenderen te bruinen in de oven en ook de groenten hoeft je niet aan te bakken – dat is wel zo voor een bruine bouillon.

voor ongeveer 2.5 liter bouillon

1.5 kg kippenvleugels

1. Spoel de kippenvleugels onder koud stromend water

Of indien gewenst een soepkip

2. Doe de kippenvleugels in een hoge soeppan en zet ze net onder water

3. Zet je pot op het vuur en breng het water aan de kook, **zet daarna je vuur lager**, zodat je bouillon net niet kookt, maar pruttelt.

4. Schuim het water af met een schuimspaen. Doe dit tot er geen schuim meer komt bovendrijven. Dit is een belangrijke stap! Voer hem goed uit!

1 ui, 2 kruidnagels

5. Was je ui en snij hem doormidden (je hoeft hem niet noodzakelijk te pellen). Steek 2 kruidnagels in de ui en voeg de ui toe aan de kip

- | | |
|-----------------------|--|
| 1 prei | 6. Was de prei grondig en snij ze eerst in 2 of 3 stukken waardoor ze korter wordt. Snij elk stuk dan nog eens in de lengte door in
Voeg toe aan de kip |
| 3 wortelen | 7. Schil de wortelen en snij in grote stukken, voeg toe aan de kip |
| 1 selderstengel | 8. Was de selder, snij in 3 stukken en voeg toe aan de kip |
| 1 bouquet garni | 9. Voeg ook een bouquet garni toe aan de kip |
| 5 zwarte peper bollen | 10. Voeg de peperbollen toe |
| 1 eetlepel azijn | 11. Voeg de azijn toe, zo komt de gelatine makkelijker vrij |
| | 12. Laat je bouillon 2 uur pruttelen |
| | 13. Schep daarna de bouillon door een puntzeef over in een andere grote kom. Laat het bezinksel in de pan zitten. Wat er in je zeef zit mag ook weg. |
| | 14. Zet de kom met bouillon in de koeling – er zal een laagje vet opkomen door de afkoeling. Verwijder dit de dag erna en verdeel je bouillon in porties om in te vriezen of gebruik onmiddellijk voor een soep of saus. |