

|                |                                                                                                              |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Blok</b>    | <b>Kip (les 3)</b>                                                                                           |
| <b>Recept</b>  | <b>Paneren</b>                                                                                               |
| <b>Doel</b>    | <b>Als je kip (of andere ingrediënten wil paneren) dan zal je moeten weten wat de juiste volgorde is.</b>    |
| <b>Filmpje</b> | <b><a href="https://www.youtube.com/watch?v=EY5eGKnY80M">https://www.youtube.com/watch?v=EY5eGKnY80M</a></b> |

| <b>Ingrediënten</b>                | <b>Benodigdheden</b>                                                          |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>Om te paneren:</i></b>       | Snijplank                                                                     |
| Peper                              | Koksmes/aardappelmesje                                                        |
| Zout                               | 3 kommetjes<br>(1 met bloem)<br>(1 met losgeklopt ei)<br>(1 met paneermiddel) |
| Bloem                              | Kommetje (om paneermiddel te verkrumelen)                                     |
| Ei                                 | Lepel                                                                         |
| Paneermiddel                       | Vorken                                                                        |
|                                    | Koekenpan                                                                     |
| <b><i>Keuzes paneermiddel:</i></b> | Bakspatel                                                                     |
| Paneermeel                         | Papier                                                                        |
| Cornflakes                         | Plat bord                                                                     |
| Beschuit                           |                                                                               |
| Doritos Nacho Cheese               |                                                                               |
| Walnoten                           |                                                                               |
| Havermout met geraspte kaas        |                                                                               |
| Popcorn                            |                                                                               |
|                                    |                                                                               |
| <b><i>Keuzes paneren:</i></b>      |                                                                               |
| Kipfilet (schoon van vet)          |                                                                               |
| Varkensschnitzel                   |                                                                               |
| Courgette                          |                                                                               |
| Bloemkool                          |                                                                               |
| Champignons                        |                                                                               |
| Kabeljauw                          |                                                                               |
|                                    |                                                                               |
| Olie of boter                      |                                                                               |

|           | <b>Stappenplan</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Check</b> |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>1.</b> | Kies 3 ingrediënten uit die je gaat paneren.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |
| <b>2.</b> | Kies 3 ingrediënten uit waarmee je wil gaan paneren.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |
| <b>3.</b> | <b>Paneermeel</b> → in een kommetje doen<br><b>Cornflakes</b> → verkrumelen in een kommetje met een ander kommetje er bovenop<br><b>Beschuit</b> → verkrumelen met je handen<br><b>Doritos</b> → verkrumelen in een kommetje met een ander kommetje er bovenop<br><b>Walnoten</b> → met een koksmes klein hakken op de snijplank<br><b>Havermout + geraspte kaas</b> → eetlepel geraspte kaas bij de havermout doen en dit door elkaar mengen |              |
| <b>4.</b> | Vul 3 kleine kommetjes:<br>1. 2 eetlepels bloem                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |              |

|     |                                                                                                                                                                                              |  |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|     | 2. Losgeklopt ei (klop het ei los met een vork)<br>3. Paneermiddel                                                                                                                           |  |
| 5.  | Dat wat je wil paneren kruid je aan beide kanten met peper en zout.                                                                                                                          |  |
| 6.  | Haal dat wat je wil paneren aan beide kanten door de bloem → <b>klop overtollig bloem eraf.</b><br><br><b>Functie bloem → zorgt ervoor dat er meer ei aan het ingrediënt blijft plakken.</b> |  |
| 7.  | Haal dat wat je wil paneren aan beide kanten door het ei.<br><br><b>Functie ei → zorgt ervoor dat er meer paneermiddel aan het ingrediënt blijft zitten.</b>                                 |  |
| 8.  | Haal dat wat je wil paneren aan beide kanten door het paneermiddel.                                                                                                                          |  |
| 9.  | Doe flink wat olie of boter in de koekenpan.                                                                                                                                                 |  |
| 10. | Zet het vuur aan → één van de bovenste twee pitjes.                                                                                                                                          |  |
| 11. | Laat de olie of boter warm worden maar niet <u>te heet</u> → <b>is dit te heet dan verbrandt het paneermiddel.</b>                                                                           |  |
| 12. | Doe jouw gekozen ingrediënten in de pan en draai pas om als de zijkanten bruin beginnen te worden → <b>doe geen deksel op de pan, dan wordt het paneerlaagje niet krokant.</b>               |  |
| 13. | Bak maar één keer aan elke kant.                                                                                                                                                             |  |
| 14. | Laat daarna uitlekken op papier.                                                                                                                                                             |  |

