

Kip vleeswaren

Kip vleeswaren zijn een heerlijke en magere keuze voor op brood of een wrap. Veel vleeswaren uit de supermarkt bevatten echter toevoegingen zoals zout, conserveringsmiddelen en smaakversterkers. Gelukkig kun je heel eenvoudig zelf kip vleeswaren maken. Zo weet je precies wat erin zit en kun je de smaak helemaal naar wens aanpassen.

In dit artikel leggen we stap voor stap uit hoe je zelf kip vleeswaren maakt, welke ingrediënten je nodig hebt en geven we tips om te variëren.

Waarom zelf kip vleeswaren maken?

Zelf kip vleeswaren maken heeft meerdere voordelen:

- **Gezonder:** je bepaalt zelf hoeveel zout en kruiden je gebruikt.
- **Verser:** geen conserveringsmiddelen of kunstmatige toevoegingen.
- **Lekkerder:** je kunt variëren met kruiden en [specerijen](#).
- **Voordeliger:** vaak goedkoper dan verpakte vleeswaren uit de supermarkt.

Bovendien is het maken van kip vleeswaren helemaal niet moeilijk.

Recept

Ingrediënten:

- 500 g kipfilet
- 1 liter water
- 2 eetlepels zout
- 1 theelepel suiker
- 1 laurierblad
- 1 theelepel zwarte peperkorrels
- 1 teentje knoflook (geplet)
- 1 theelepel paprikapoeder (optioneel, voor kleur en smaak)

Bereiding:

1. **Maak de pekel (brine):**

Breng 1 liter water aan de kook en voeg zout, suiker, laurier, peperkorrels en knoflook toe. Laat dit volledig afkoelen.

2. **Marineer de kip:**

Leg de kipfilets in de afgekoelde brine en laat dit minimaal 12 uur in de koelkast staan.

3. **Garen:**

Haal de kip uit de brine en dep droog. Verwarm een pan water tot ongeveer 80 °C (laat het niet koken). Laat de kip zachtjes garen tot een kerntemperatuur van 72 °C. Dit duurt ongeveer 30-40 minuten.

4. **Afkoelen:**

Haal de kip uit het water en laat volledig afkoelen. Voor een strakke vorm kun je de kip strak in vershoudfolie wikkelen.

5. **Serveren:**

Snijd de kip in dunne plakjes. Bewaar maximaal 4-5 dagen in de koelkast.

Tips voor variatie kip vleeswaren

- Voeg [kruiden](#) toe zoals rozemarijn, tijm of oregano.
- Geef een pittige twist met chilivlokken of cayennepeper.
- Gebruik kerriepoeder voor een Oosterse smaak.
- Marineer de kip in yoghurt met kruiden voor extra mals resultaat.

Zo kun je eindeloos variëren en steeds een andere smaak kip vleeswaren maken.

Hoe te bewaren?

Zelfgemaakte kipvleeswaren bevatten geen conserveringsmiddelen. Bewaar ze daarom altijd in een afgesloten bakje in de koelkast. Binnen 4-5 dagen moet je ze opeten. Wil je langer bewaren? Vries de plakjes in porties in.

Zelf het maken is makkelijk, gezond en smakelijk. Met slechts een paar ingrediënten en wat tijd zet je een vers en puur broodbeleg op tafel. Probeer dit recept.