**Rijst-kipschotel met ui uit de oven**

Nodig:

*Gekarameliseerde uien:*

25 ml zonnebloemolie

600 gram ui

20 gram ketjap manis

zout

*Voorkoken:*

25 ml olijfolie

40 gram roomboter

2 laurierblaadjes

3 gram zwarte peper

3 gram knoflookpoeder

zout

3 gram paprikapoeder

3 gram Italiaanse kruiden

250 gram rijst

550 ml water

*Kip:*

400 gram kipfilet

zout

3 gram paprikapoeder

3 gram zwarte peper

3 gram knoflookpoeder

15 ml olijfolie

*Bechamelsaus:*

60 gram roomboter

35 gram bloem

400 ml melk

4 gram zout

3 gram zwarte peper

125 gram Parmezaanse kaas

1 of 2 grote tomaten

Bereiding:

Snijd de uien in halve ringen. Verhit de zonnebloemolie in een pan op hoog vuur en voeg de ui toe. Als de randen van de uien goudbruin kleuren, zet je het vuur op z’n laagst. Bak afgedekt verder voor 20 minuten, roer tussendoor. Na 20 minuten voeg je de ketjap manis en zout toe. Bak 10 minuten. Zet apart. Breng het water aan de kook. Verhit de olijfolie samen met de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de laurierblaadjes, zwarte peper, knoflookpoeder, zout, paprikapoeder, Italiaanse kruiden toe. Bak voor een minuut. Voeg de rijst en het gekookte water toe. Wanneer het goed borrelt, zet je het vuur laag. Als de rijst het water compleet heeft geabsorbeerd, zet je het vuur uit. Laat de pan met inhoud 10 minuten staan voordat je het opschept, verwijder wel de laurierblaadjes. Snijd de kip klein en doe deze in een diepe kom. Voeg het zout, paprikapoeder, zwarte peper, knoflookpoeder en olijfolie toe. Meng goed. Doe de kip in een pan op middelhoog vuur en bak gaar in ca. 6-7 minuten. Roer regelmatig. Smelt de roomboter in een pan met dikke bodem op laag vuur. Voeg de bloem toe en kook al roerend met een garde voor een minuut. Voeg de melk toe en roer weer samen tot een geheel. Wanneer het papperig is, voeg je de parmezaanse kaas toe. Roer met een garde tot er een mooie gladde saus is ontstaan. Breng de bechamelsaus op smaak met zout en peper (ik heb 4 gram zout en 3 gram zwarte peper toegevoegd). Schep de rijst in een ovenschaal en strijk glad. Verdeel de kip en gekarameliseerde ui erover. Schenk daar de bechamelsaus overheen. Garneer met tomaatschijfjes op. Leg de ovenschaal in een voorverwarmde oven op 200℃ voor zo’n 25 minuten of tot de bechamelsaus mooi goudbruin is gekleurd.