

## **Lekker Suid Afrikaanse Boerekos Resepte**

### **KerrieSult**



Die is n heerlike "Curry Brawn" resep wat ek uit my ma se resepte boek gaan krap het. Dis heerlik en verskriklik maklik.

4 Varkpote - skoon gemaak n stuk beespens skoon gemaak 1.5kg beesskenkel vleis 5 groot uie, gekap 400 ml asyn 30ml matige kerrie poeier 15 ml borrie 15ml sout of na smaak 2ml peper Plaas die pote, pens en skenkel vleis in n groot diep kastrol met n dik boom. Voeg die res van die bestandele by asook genoeg water om die vleis mee te bedek. Sit die deksel op en kook totdat al die vleis van die bene val. Laat dit afkoel tot lout, verwyder al die bene. Maal al die vleis fyn en voeg by sous in kastrol. Voeg nog kookwater by as die sous te min is. Laat dit opkook en proe of daar genoeg sout en kerrie in is. Giet die mengsel in reghoekige of vierkantige bakke en plaas in die koelkas om te stol. Dit is na n paar uur reg vir gebruik.

### **Lidia se sosaties**



Mens hoef nie net beesvleis te gebruik nie. Ek gebruik gewoonlik gelyke hoeveelhede van bees, vark en skaapvleis.

2 kg beenlose vleis; 200 ml droe wyn  
200 g varkspek; 3 uie, gekap  
30 ml botter of margarien; 36 klein uitjies  
30 ml kerriepoeier; 30 ml suiker  
15 ml koekmeel; 5 ml borrie  
5 ml sout; 2 ml fyn gemmer  
1 ml peper ; 500 ml water  
500 ml asyn; 50 ml appelkoos konfyt  
Handvol rosyne; Handvol droe perskes

Sny vleis en spek in blokkies. Besprinkel dit met wyn.

Plaas dit in n groot houër (nie aluminium nie), met n digte deksel.

Braai gekapte uie in botter. Strooi gemengde droe bestanddele oor en braai liggies.

Voeg die res van die bestanddele by en laat opkook. Laat afkoel.

Gooi oor die vleis en sit die deksel op.

Laat vir 2 of 3 dae in die yskas marineer. Roer elke oggend en aand om.

Ryg op stokkies. Wissel vleis af met uitjies, spek en perskes.

## Maandagaand kos



Kors:

250 ml koekmeel  
5 ml bakpoeier  
2 ml sout  
75 ml kookwater  
60 ml olie

Skud, of meng die bestanddele met 'n vurk, totdat dit 'n bol vorm.  
Druk met die agterkant van 'n lepel in 'n tertbak van ongeveer 22 cm x 22 cm x 6 cm.  
Hou eenkant tot vulsel gereed is.

Vulsel:

3 x 250 ml melk \*  
100 ml botter of margarien \*  
5 ml mosterdpoeier \*  
2 ml paprika \*  
100 ml koekmeel \*  
2 ml sout \*  
2 ml grofgemaalde swart peper \*  
2 ml gedroogde pietersielie \*  
250 ml gerasperde Cheddarkaas  
125 ml gekrummelde Fetakaas  
2 effens geklitste eiers  
1 middelslag ui  
5 ml gekapte knoffel  
30 ml olie  
250 ml gekerfde oorskietvleis (enige iets soos bv. skaapboud of hoender)

Maak 'n witsous van die bestanddele wat met 'n \* gemerk is.

Voeg die gerasperde kaas, Fetakaas en dan die eiers daarby.  
Braai intussen die ui in die olie tot ligbruin, voeg die knoffel by net voordat die ui gereed is.  
Skakel die plaat af en roer die vleis en aspersies of sampioene daarby en roer goed deur.  
Meng dit dan met die sous en skep in die kors.  
Bak vir 30-40 min @ 180°C of tot mooi ligbruin.  
Laat staan dan vir 'n hele rukkie om te stabiliseer, dit kan liewer weer opgewarm word.  
Bedien saam met enige slaai van jou keuse.

## Gepekede beestong



1 beestong  
3 koppies rooiwynasyn  
2 knoffelhuisies, gekap  
olyfolie  
koppie pietersielie, gekap  
teelepel basilie, gekap  
takkie roosmaryn  
peper  
sout

Plaas dit in n pan met net genoeg water om dit te bedek. Bring dit stadig tot kookpunt en kook vir 45 minute. Meng bietjie olyfolie met die res van die bestandele. Wanneer die tong afgekoel is sny jy al die vet af. Maak fyn snytjies oor die hele tong en smeer die kruiemengsel oor. Bedek en plaas in die yskas vir vier dae. Verwyder dit uit die yskas omtrent een uur voor jy dit gaan bedien.

## Blou kaas Sirlion



2 x 250 g Sirlion

Kaassous  
15 ml Margarien  
250 ml vars Room  
100 g Blou kaas(enige soort)

### Metode

Braai sirlion in warm pan soos u verkies.  
Laat staan so 5 min eenkant.

Smelt margarien in kastrol en voeg room by.  
Breek kaas in stukkies en voeg by room, laat heeltemal smelt.  
Giet oor sirlion.

Geen sout of peper nodig, kaas het redelik sout in.  
Bedien saam met gekookte aartappel, met botter of suur room en (chives), slaai van keuse, of gestoomde groente.

## Pizza Steak



4 x 200g Sirlion Biefstuk  
2 groot uie  
1 groen soet rissie (Green Pepper)  
1 geel soet rissie  
1 rooi soet rissie  
6 groen pitlose olywe  
6 swart pitlose olywe  
15 ml botter/margarin  
30 ml olyfolie/sonneblom olie  
250 g Mozzarella kaas  
Sout en peper na smaak.

Sny al die bestanddele, behalwe die biefstuk fyn.

Verhit dikboom pan en voeg olie en margarin in en laat goed warm word.

Voeg uie en die gekerfde rissie by. braai tot uie glans en nie bruin is, voeg nou olywe by.

Haal van stoof en laat afkoel.

Voeg nou kaas by en meng.

Verhit dikboom pan. Pan moet baie warm wees.

Geur biefstuk met sout en peper en smeer liggies met olie en braai elke kant net vir so 2min. (Vleis moet nog pienk wees in die middel)

Verwyder van die pan en pak nou die pizza mengsel bo oor die biefstuk.

Bak nou vir omtrent 10 min in voor verhitte 200grade C oond.

Kan bedien word saam met aartappel skyfies en slaai of spaanse gekeurde rys en slaai.

## Kalflewer en Kersies

100g uie, in skywe gesny  
1 knoffelhuisie, gepers  
15 ml olie  
15 ml kersie jellie  
260 ml beesvleis aftreksel  
30 ml balsamic asyn  
150 g kersies, gehalveer  
4 stukke kalfslewer (150g elk)  
60 ml meel  
15 ml botter en 30 ml olie  
sout en peper  
8 salie blare

Verhit die olie en braai die uie en die knoffel en braai dit tot bruin. Voeg die jellie, aftreksel en die asyn by en kook dit onbedek vir 5 minute lank oor medium hitte. Voeg die kersies by en kook dit vir 3 minute. Bedek die lewer met die meel. Skud die oortollige meel af. Verhit die botter en die olie en braai die lewer, 2 minute lank aan elke kant. Geur met sout en peper. Voeg die salie by na 2 minute en braai. Geur die sous met sout en botter.

## Maklike Beesstert

± 1.3kg Beesstert (In skywe gesny)  
2 Blikkies Tamatie en Uie smoor  
6 Heelkorrels swart peper  
Sout na smaak  
1 teelepel suiker

Voeg beesstert in klei oondbak (Verkieslik die tipe wat voor gebruik in water geweek word). Sout na smaak, gooi suiker en swart peper korrels oor, en gooi laaste tamatie en uie smoor oor. Plaas deksel bo-op en sit in koue oond. Verhit oond tot 150 grade, en bak vir ongeveer 5-6 ure.

Bedien met kapokaartappels. Vir ekstra geur, rasper blou kaas in die warm kapok aartappels en meng in.

## Gemarineerde kruisskyf

marinade

125 ml rooiwyn  
15 ml bruinsuiker  
5 ml mosterdpoeier  
5 ml fyn gemmer  
5 ml koljandersaad  
1 lourierblaar

3 kruisskyf stukke, 2 tot 3 cm dik  
sout en vars gemaalde swartpeper na smaak  
Meng al die bestanddele vir die marinade goed saam. Marineer die vleis vir tenminste 1 uur lank. Braai die vleis oor matige kole. Geur dit met sout en peper.

## Wors en uie sous

200 g uie, in dun skywe gesny  
30 ml botter  
60 ml kerrie "paste"  
wors  
45 ml olie  
sout  
peper  
rooipeper  
grasuie, gekerf, vir garnering

Braai die uie vir 5 minute lank in die botter oor medium hitte, tot goud bruin. Voeg die kerrie en n koppie water by, bring tot kook punt en prut dan vir 5 minute, onbedek. Braai die wors in die olie vir 5 tot 6 minute. Geur die sous met sout, peper, en rooipeper en bedien dit met die wors.

## mamma kraai se boerewors

Enigeen op hier lief om vleis te bewerk en 'n allerheerlike Boerewors resep wil hê, hier is die een wat ek al die jare gebruik het.

1½ kg gemaalde beesvleis  
1½ kg gemaalde varkvleis  
500 g. varkspek, grof gemaal of in klein blokkies gesny  
50 ml. heel koljander  
25 ml sout  
5 ml peper  
2 ml fyn naeltjies  
2 ml fun neut (nutmeg)  
150 ml goeie asyn  
50 ml wonderpeper (allspice)  
en ongeveer 9 g. derms.



Meng vleise en spek.

Skroei die koljander en maal dan fyn. Meng al die droë bestanddele en meng goed in die vleis in. Voeg asyn by. Laat staan 'n klein rukkie en stop dan die derms.

Behalwe om te bak en braai, is hierdie ook ideaal vir droog vir droewors!!!!

## Boerewors

3 kg Beesvleis  
3 kg Varkvleis (voeg ongeveer 1kg varkvet by as die ander vleis maer is, anders is die wors baie droog - ek het al beesvet gebruik - dit werk, maar vark het 'n beter smaak)  
1 kg Spekvleis  
2/3 koppie Rooiwyn Asyn (bruin asyn sal ook werk)  
4 – 6 huisies gemaalde Knoffel (of meer, na smaak)  
½ koppie Worcestershire Sous  
Wors Derms (indien gesout, week in warm water tot sag)  
6 eetl Sout (fyn seesout – nie growwe “kosher” sout nie)  
2 teelepels varsgemaalde Peper  
4 eetl varsgemaalde Koljander  
1 teelepel varsgemaalde Neutmuskaat  
1 teelepel fyn droë Tiemie  
1 teelepel fyn Allspice  
½ teelepel fyn Naeltjies

- Sny die beesvleis, varkvleis, en ekstra varkvet in blokkies.
- Maal die vleis tot 'n growwe tekstuur.
- Sny die spekvleis in klein (5mm) blokkies.
- Meng die spek blokkies, speserye, knoffel, asyn en Worcestershire Sous baie liggies in die vleis. Hou die vleis los in tekstuur.
- Stop die vleis in die derms sonder om dit te styf te stop.

## Biltongpot



Met die (hopelik) oorfloed van biltong na die jagseisoen, is hierdie reseep die ware Jakob. Anders moet jy maar van daardie pakkies by die supermark kry of 'n maat afpers!

Bestanddele:

500g gesnyde biltong

500g pasta (enige vorm, maar spaghetti pas nie so lekker nie)

250g botter (of margarien as jou gewete pla)

1 gekapte ui

1 pakkie gesnyde sampioene

lekker groot lepel gekapte knoffel

2 pakkies kits witsous

handvol gekapte kruie

250ml room

250ml gerasperde kaas

Metode:

Smelt die botter, braai die uie, knoffel en sampioene tot die geur almal begin nadertrek. Gooi nou die biltong so in 'n lekker laag oor hierdie braaisel. Maak van hier af seker dat jou hitte baie saggies is. Dis 'n kuierpot, nie 'n wegneemete nie! Gooi jou pasta nou oor hierdie kontrepsie. Maak die pakkies kitssous met genoeg kookwater aan om alles te bedek. Maak toe en kuier rustig. Elke keer as jy wil glas volmaak, maak jy net seker daar is nog vloeistof in die pot. Na so 'n uur begin jou mond behoorlik water. Haal van die hitte af, gooi die room en kaas oor en meng goed deur. Selfs pasta-haters eet hul lippe af!

## Seekospot

75 ml olyfolie

30 ml botter

2 uie, fyn gekap

2 preie, in dun skyfies gesny

3 selderystingels, fyn gekap

1 rooi soetrissie, fyn gekap

15 ml gekapte knoffel

1 wortel, gerasper

24 steurgarnale

500 g calamari-ringe

1 kg witvisfilette, in blokkies gesny

16 klein aartappels, geskil

1 heel kreef - opsioneel

8 krapstokkies, in dik skywe gesny

20 mossels

8 kreefsterte - opsioneel

4 murpampoentjies, in skyfies gesny

125 ml sampioene, gesnipper

Sous

2 x 410 g gekapte tamaties met basielkruid en origanum

750 ml witwyn

500 ml water of visaftreksel

2 lourierblare

5 ml sout

5 ml varsgemaalde swartpeper

10 ml gedroogde gemengde kruie

2 ml borrie  
5 ml tiemie  
30 ml gerasperde lemoenskil  
125 ml vars, gekapte pietersielie  
250 ml vars room

Verhit die botter en die olie oor matige kole en roerbraai die uie, preie, seldery, soetrissie, knoffel en wortels daarin tot sag. Voeg die garnale en calamari by en roerbraai dit 5 minute lank. Voeg die vis en aartappeltjies by en plaas die kreef, krapstokkies, mossels en murgpampoentjies bo-op. Meng die bestanddele vir die sous en giet dit bo-oor. Bedek en laat die pot prut vir 35 minute tot 40 minute lank oor matige hitte of totdat die kreef se doppe pienk verkleur. Voeg die pietersielie en room net voor bediening by en roer dit deur.

## Hoender-biltong-en-spekpotjie

2 hoenderaftrekselblokkies  
250 ml kookwater  
500 ml witwyn  
250 ml blatjang  
46 g sampioen soppoeier (1 pakkie)  
5 ml gedroogde tiemie  
5 ml gemengde gedroogde kruie  
5 ml suurlemoenpeper

15 ml olyfolie  
15 ml botter  
12 hoenderdye  
250 g spekvleis, gekap  
50 ml brandewyn  
10 ml gekapte knoffel  
2 uie, in ringe gesny  
'n halwe groen soetrissie, grof gekap  
1 selderystingel, in dun ringe gesny  
20 klein aartappeltjies, geskil  
4 wortels, in skyfies gesny  
12 klein uitjies, heel  
250 g knopiesampioene  
8 murgpampoentjies, in dik skywe gesny  
1 rooi soetrissie, in lang repe gesny  
150 g klam beesbiltong, gekerf  
250 ml gerasperde cheddarkaas  
125 ml vars, gekapte pietersielie

Los die aftrekselblokkies in die kookwater op. Meng die res van die bestanddele van die sous en voeg dit by die aftreksel. Hou dit eenkant.

Verhit die botter en die olie oor matige hitte en verbruin die hoender. Voeg die spekvleis by en soteer dit 3 minute lank. Voeg die brandewyn en knoffel by en roer dit deur en moet dan nie weer die pot roer nie. Strooi die uie, soetrissie en seldery oor die hoender en plaas dan die aartappels en wortels bo-op. Giet die sous oor, plaas die deksel op en prut dit n uur lank. Voeg die klein uitjies, sampioene, murgpampoentjies en rooi soetrissie by. Strooi die biltong en die kaas oor. Voeg kookwater by indien nodig. Bedek dit en laat dit prut dit 20 minute lank. Roer dit net voor bediening en strooi die pietersielie oor.



## Hoenderkerriepot

### Kerriesous

750 ml rooiwyn  
250 ml blatjang  
250 ml water  
15 ml gemengde, gedroogde kruie  
5 ml sout  
5 ml varsgemaalde swartpeper  
5 ml mostersaad  
30 ml Bombay masala  
15 ml borrie  
410 g tamaties, gekap (1 blik)  
46 g hoendersoppoeier (1 pakkie)  
3 lourierblare

45 ml olyfolie  
1 kg hoenderdye, met vel  
1 kg hoenderboudjies, met vel  
15 ml gekapte knoffel  
50 ml brandewyn  
1 groot ui, grof gekap  
3 selderystingels, grof gesny  
1 prei, in dun ringe gesny  
20 klein aartappeltjies, geskil  
8 wortels, in dik skywe gesny  
250 g knopiesampioene, heel  
16 klein uitjies, heel  
250 g ontpitte pruimedante  
250 g gedroogde perskes  
250 ml vars gekapte koljander  
125 ml vars, gekapte pietersielie

Meng al die bestanddele vir die sous en hou dit eenkant.

Verhit die olyfolie en braai die vleis egalig goudbruin. Voeg die gekapte knoffel en brandewyn by en roerbraai dit 'n minuut lank. Plaas die ui, seldery en prei bo-op die vleis. Moet dit nie roer nie. Voeg die aartappels en wortels by en giet die sous oor. Sit die deksel op en laat prut dit 50 minute lank oor matigge kole. Voeg die sampioene, uitjies, pruimedante, perskes en koljander by. Sit weer die deksel op en laat prut n verdere 20 minute lank oor matige kole. Roer dit deur net voor bediening en strooi die pietersielie oor. Bedien dit met bruin rys.

### Wenk

Hierdie pot kan ook op die stoof voorberei word.

## Hoender-en-aspersieroompot



50 ml olyfolie  
15 ml gekapte knoffel  
50 ml brandewyn  
250 g spekvleis, gekap  
2 uie, in ringe gesny  
3 selderystingels, in dun skyfies gesny  
250 g gekleurde skroefnoedels  
15 klein aartappels, geskil  
1 rooi soetrissie, in repe gesny  
1 geel soetrissie, in repe gesny  
250 g knopiesampioene, heel  
250 ml gerasperde cheddarkaas

### Sous

410 g aspersiestukke met vloeistof (1 blik)  
250 ml vars room  
750 ml witwyn  
46 g sampioen soppoeier (1 pakkie)  
30 ml aromat  
30 ml gemengde gedroogde kruie  
5 ml knoffelsout  
2 ml varsgemaalde swartpeper

### Metode

Verhit die olie oor matige kole in die pot. Voeg die hoenderstukke by en verbruin dit. Voeg die knoffel, brandewyn en spekvleis by en roerbraai dit 5 minute lank. Strooi die ui, seldery en noedels oor die hoender. Voeg die aartappels, soetrissie en sampioene by. Strooi die kaas bo-oor.

Meng die bestanddele vir die sous deeglik en giet dit oor. Bedek die pot en laat dit prut vir 60 tot 75 minute lank oor matige kole. Moenie die potjie roer nie. Roer dit deur net voor bediening.

## Wildspot

2 kg wildsvleis, in porsies gesny - verkieslik nek, rib, skenkel en lendetjops  
rooiwyn  
druiveasyn

### Sous

750 ml rooiwyn  
300 ml port  
250 ml blatjang  
500 ml water  
30 ml gemengde gedroogde kruie  
25 ml aromat  
5 ml knoffel  
6 kruienaeltjies  
4 lourierblare

60 ml olyfolie  
15 ml gekapte knoffel  
100 ml brandewyn  
250 g spekvleis, gesnipper  
1 groen soetrissie, grof gesny  
4 selderystingels, grof gesny  
1 groot ui, grof gekap  
20 klein aartappeltjies, geskil  
8 wortels, in dik skywe gesny  
250 g ontpitte pruimedante  
250 g droëperskes  
250 g knopiesampioene  
16 piekeluitjies  
halwe rooi soetrissie, in groot blokke gesny  
halwe geel soetrissie, in groot blokke gesny  
12 songedroogde tamaties  
250 ml vars room  
vars, gekapte pietersielie

### Metode

Marineer die vleis oornag in n mengsel van gelyke dele rooiwyn en druiveasyn. Meng die bestanddele vir die sous en hou dit eenkant. Verhit die olyfolie in die potjie en roerbraai die vleis 5 minute lank. Voeg die knoffel, brandewyn en spekvleis by en roerbraai dit nog 5 minute lank. Voeg die soetrissie, seldery en ui by en dan roer jy nie weer nie. Voeg die aartappels en wortels by. Roer die sous deeglik en giet dit bo-oor. Sit die deksel op en laat prut dit vir ongeveer 1 uur 30 minute oor matige kole. Voeg die pruimedante, perskes, sampioene, piekeluitjies, rooi en geel soetrissie en songedroogde tamaties by. Sit die deksel op en prut dit vir no 30 minute lank. Voeg die room by roer dit deur. Graneer dit met pietersielie en bedien dadelik.

### Wenk

Dieselfde gereg kan ook op die stoof voorberei word.

## Kerrie afval Potjie ( Skaap pens-en-pootjies)

1 x skaapkop, oopgekap en harsings uitgeskep  
1 x skaappens skoongekrap  
1 x skaaptongetjie ontvel  
4 x skaappootjies  
1 x skaapnek in skywe gesny  
2-3 heel uie sout -en - peper, kerriepoeier na smaak  
125 ml suiker (verkieslik bruin)  
45 ml kerriepoeiermengsel ( van goeie gehalte)  
1 x knoffelhuisie fyngedruk  
Stampmielies/rys  
sonneblomolie  
250 g droë appelkose  
500 ml "Old Brown Sherry"  
10 ml bruin asyn  
8-10 klein in die skil aartappels

Metode:

Gebruik 'n #3 pot

Soteer uie tot deurskynend bruin , soteer tot deurskynend....

Bind uitgeskepte harsings in "kleinpensie "toe maar voeg genoegsame sout by

Plaas die "sakkie" in die pot tesame met die kop , pens en pootjies.

Rangskik die nekskywe, uie, knoffel en appelkose bo-op die vorige laag.

Meng die kerriepoeier, suiker, asyn, knoffel, sout-en-peper met die sjerie en giet bo oor.

Laat prut die pot vir ±4 ure tot vleis sag is en bedien saam met stampmielies of geelrys

Moet nie vergeet om die aartappels na ±3 ure in te sit om sag te kook nie.

## A LA HASIE

:



HASE WORD AS N PLAAG IN DELE VAN DIE BOSVELD BESKOU, MAAR VIR FYNPROEWERS IS DIT KONINGSKOS.

1 haas  
750ml rooi wyn  
50g varkvet  
2 uie  
12.5ml mielieblom  
50ml rum  
1 lourierblaar  
5g roosmaryn  
5 gekneusde knoffelhuisies  
5g koljander  
250g geweekte pitlose pruimedante  
speserye na smaak

Sny haas in eetbare stukke. Marineer vir 24 uur in wyn. Sny varkvet in klein skyfies. Braai uie in olie tot sag. Voeg res van bestanddele behalwe pruime en rum by. Kook vir 1 minuut en skep in 'n oondbak. Haal haas uit wyn en sit in oondbak. Voeg speserye by en dan die wyn en genoeg water om vleis te bedek. Kook vir 40 minute op lae hitte. Voeg pruime en rum by sowat 10 minute voordat kos bedien word.

## Springbokboud met Brijani Speserye

1 Springbokboud  
45 ml botter  
30 ml bruinsuiker  
30 ml koekmeelblom  
30 ml korrel mosterd  
30 ml growwe sout  
30 ml brijani speserye  
6 vet knoffelhuisies, gekneus  
30 ml vars gemmer, fyngekap  
5 ml koljander  
30 ml olie  
2 rooi uie, fyngekap  
1 pynappel, geskil, in blokkies gesny  
250 ml swoerdlose spekvleis  
60 ml port

Ontbeen die boud. Voorverhit oond tot 180 grade.

Meng die botter, bruinsuiker, koekmeelblom, mosterd, sout, speserye, knoffel, gemmer en koljander saam en vryf die boud goed daarmee. Rol die vleis netjies terug en bind dit vas met kombuistou in 2.5 cm intervalle. Verhit die olie in 'n vuurvaste kasserol met 'n deksel wat dig pas. Braai die ui oor matige hitte tot sag en deurskynend. Voeg die pynappel by. Plaas die boud bo-op uie en pynappel en verwyder kasserol van die plaat. Bedek die boud deur die spekvleis bo-op die boud te rangskik en giet die port oor. Plaas in oond vir 1 uur 30 minute tot 2 ure of tot die vleis sag is. Vul die vloeistof aan met aftreksel of warm water indien nodig. Laat die vleis 10 minute rus sodra dit gaar is. Haal dit uit die kasserol en plaas op 'n warm plek. Indien die sous te dun is, plaas die kasserol terug op die plaat en laat die sous indamp tot regte konsistensie. Proe en geur sous indien nodig. Sny boud in skyfies en sit dit voor saam met die sous, romerige kapokaartappels of koeskoes en dadels.

Wenk

Hierdie resep kan ook gebruik word vir n skaapboud.

## Gestopte gemsbokfilet

As jy so gelukkig is om 'n vrieskas vol wildsvleis te hê, probeer een van dié lekker resepte.

1 gemsbokfilet (ongeveer 1 kg)  
1 ryp, ferm avokado  
½ (50 g) brie-kaas  
1 pak (250 g) repiespekvleis

Vlek die filet in sy lengte oop en vul met skyfies avokado en brie-kaas. Vou toe. Lê die spekvleisrepies op 'n werkoppervlak en laat lê die filet bo-op. Draai elke repie spek om die filet en vou na binne. Bind vas met tou. Braai in 'n pan of rooster in die oond tot die spek goudbruin en bros is. As die filet dun is, sal die vleis ook nou gaar wees. As dit egter 'n dik filet is, sit dit vir 10 - 15 minute in die oond by 180 °C. Laat rus vir 2 - 03 minute en sny. Sit voor met 'n brandewyn- of groenpeper-roomsous, aartappels en groente. Genoeg vir ses mense.

Variasie: Probeer ook 'n kombinasie van bloukaas en gesnipperde groenvykonserf of fetakaas met pikantrissies vir dié filet se vulsel.

Wenk: As jy filet in 'n pan gaan braai, sny die vleis voor dit gevul word in kleiner stukke sodat dit maklik in die pan sal pas.

## Vlakovarkbredie

Vlakovarkbredie

2 kg vlakovark, in blokkies gesny  
250 ml koekmeel (gegeur met sout, peper en gemengde, droë kruie)

45 ml olie  
45 ml botter  
1 pak (250 g) repiespekvleis, gesnipper  
2 groot uie, in wiggies gesny  
4 knoffelhuisies, in stukkie gesny  
500 ml wildsaftreksel  
10 middelslag baba-aartappels, gehalveer  
250 ml port  
2 lourierblare  
2 takkies vars roosmaryn  
1 pak (250 g) knopiesampioene, grof gesnipper  
125 ml - 250 ml suurroom  
Vars pietersielie, vars gerasperde suurlemoenskil, sout en peper na smaak.

Druk die vlakovarkblokkies deeglik droog en bestuif dan met die gegeurde meel. Verhit die botter en olie saam in 'n pot en braai die vleis in lotte tot goed bruin. Skep uit met 'n gaatjieslepel en hou eenkant. Braai die spek, uie en knoffel in die orige botter-en-olie-mengsel tot die uie sag is. Sit die vlakovarkblokkies terug, voeg die aftreksel by en verhit tot kookpunt. Bedek en prut vir ongeveer 1 ½ uur of tot die vleis sag is. Voeg die aartappels, port, lourierblare en roosmaryn by en prut oop vir nog 30 -45 minute. Voeg die sampioene by en prut tot gaar. Roer die suurroom, pietersielie, suurlemoenskil, sout en peper by. Sit voor op krummelpap. Genoeg vir 10 mense.

Maandag, Augustus 10 2009 @ 11:25 VM CDT

## Rosyntjie broodjie



1 pakkie Bruismeel  
1x250 g pitlose rosyne  
1 houertjie karringmelk  
2 eetl. suiker  
2 gelyk teelepels bakpoeier  
knippie sout

Stel oond op 180°C. Sif droë bestanddele saam, meng suiker saam, gooi rosyne by en voeg die karringmelk by. Ek skud altyd die kartonnetjie agterna met 'n bietjie melk uit. Meng deeglik met houtlepel. Skep uit in gesmeerde broodpannetjie en bak vir een uur. Keer uit en laat afkoel.

Hierdie broodjie is 'n wenner. Soos met alle kitsbrode, is dit op sy lekkerste op die eerste dag.

## Spek en Mieliebroodjie in n blikkie

Bestandele:

250 g spek, gekap  
410 g-blik mieliepitte, gedreineer  
60 ml pietersielie, gekap  
100 ml koekmeel  
50 ml suurroom  
5 eiers  
2.5 ml sout  
swartpeper na smaak  
5 ml bakpoeier

Metode:

Braai die spek in hulle eie vet in n braaipan tot bros en dreineer dit dan op kombuispapier. Gooi die orige bestanddele by en meng deur.

Smeer n groot konfytblik met botter en voer die blik met gesmeerde bakpapier uit. Gooi die blik driekwart vol met die beslag. Bedek dit met foelie en bak dit in n voorverhitte oond van 180 grade celcius, vir 30-45 minute.

Keer die brood uit, sny dit in dik snye en sit dit voor saam met botter en gerasperde kaas.

## Gekarameliseerde uie en Bloukaas Bierbroodjie

:



Benodighede

15 ml olyfolie  
15 ml botter  
2 middelslag-ue, in skyfies gesny  
5 ml suiker  
915 ml (500 g) bruismeel  
340 ml bier  
50 ml gerasperde cheddar  
100 ml gekrummelde bloukaas

Verhit die olyfolie en botter oor matige tot lae hitte in braaipan. Voeg die ui en suiker by en soteer tot goudbruin. Laat dit eenkant afkoel.

Sif die meel en 5ml sout saam in n mengbak. Maak n holte in die middel en gooi die bier daarin.

Voeg die gerasperde cheddar, die helfte van die bloukaas en die helfte van die gebraaide ui by.

Roer dit tot net-net gemeng en skep dan die mengsel in gesmeerde en broodpan. Strooi die res van die ui en kaas bo oor. Bak dit in n verhitte oond vir uur of tot toetspen skoon uitkom.

## Croissant

:



(lewer 32 croissants)

900 ml koekmeelblom  
25 ml bakpoeier  
2 ml sout  
1 ml rooipeper  
125 g botter  
500 ml cheddar, gerasper  
300 ml melk  
1 eiergeel

Sif die droe bestanddele saam en vryf die botter met jou vingerpunte in totdat die mengsel soos broodkrukkels lyk.

Voeg die kaas en die melk by om 'n stywe deeg te vorm wat uitgerol kan word. Verdeel die deeg in vier stukke.

Rol elke stuk dun uit op 'n meelbestrooide deegplank sodat dit sirkels van 20 cm in deursnee vorm.

Sny die buiterande mooi rond en verdeel elk van die sirkels soos die speke van 'n wiel in agt ewe groot stukke.

Rol elke stuk van die buiterand na die punt toe op. Buig die 32 rolletjies effens om hulle halfmaanvormig te kry en plaas 'n entjie uitmekaar op die gesmeerde bakplaat.

Klits die eiergeel met die orige melk en bestryk die rolletjies daarmee.

Plaas die rolletjies hoog in die oond en bak ongeveer 15 minute lank by 200C tot gaar of goudbruin.

## Knoffel Brood



1 Lang Franse Brood

250 gr margarien  
250 gr gerasperde kaas  
45 ml vars pietersielie(fyn gekerf)  
4 knoffel huisies (fyn gekerf)  
swart peper

Metode

1. Sny die franse brood in snye van 5cm breedte, nie reg deur nie.
2. Meng die res van die bestanddele saam.
3. Smeer al die gleuwe redelik dik met mengsel.
4. Rol toe in foelie en plaas eenkant op die braai.



## Heerlike deegbolletjies vir braaivleis



1 pakkie kaas potato bake of geur van jou keuse  
1 pakkie deeg van Spar  
250 ml room  
250 ml melk  
gerasperde kaas

Maak klein balletjies van deeg en pak langs mekaar in oond bak van 30x30 cm. Meng room, melk en potato bake en gooi oor deeg balletjies. Strooi kaas oor en bak 30 min in oond wat op 180\*c gestel word, wanneer die pan in die oond gesit word, dit gee die deeg genoeg tyd om te rys.  
Lekker eet!!!

## Ouma se Brood



1 kg koekmeel  
1 pakkie droë gis  
30 ml Olie  
30 ml Asyn  
20 ml Sout  
10 ml Suiker  
600 ml lout water

### Metode

Meng al die droë bestanddele saam.

Meng die water met die olie en asyn.

Meng nou die water en die meel.

Laat rys vir 2-3 ure

Verdeel in 2 broodpanne. (Laat rys vir nog 'n half uur)

Bak teen 180 grade C vir 1 uur.

## Gevulde Baguette

3 klein tamaties, in skywe gesny  
16 basiliekruid blare  
n halwe baguette (dun franse brood)  
kruie botter

Sny die baguette in skywe, maar moet dit nie reg deur sny nie. Smeer die skywe met kruiebotter en vul met n tamatieskyfie en n basiliekruid blaar. Plaas die baguette op n koekieplaat en bak dit vir 8 - 10 minute in n voorverhitte oond van 200 C

## MAKLIKE MIELIEBROOD

500g Bruismeel  
1 Blikkie Sweetcorn  
1 Blikkie lou water

Voorverhit oond 180 Grade  
Meng alles deeglik saam.  
Gooi in gesmeerde broodpan.  
Bak in oond vir 1 uur & 20 min.  
Toets met toetspen.  
Wanneer reg smeer met botter en laat afkoel.

## Karamel potbroodjie

Hierdie broodjie is lekker saam met 'n stukkie braai vleis en tog te lekker

1 brood deeg (by Spar te koop)  
1 koppie karamelsuiker  
1 glasie vars room

Smeer n plat boom pot (cast iron pot). Maak ewe groot balletjies van deeg en pak in pot al in sirkel vorm. Meng room en suiker saam en gooi oor deeg, sit deksel op en sit pot in koue oond. Stel oond teen 180°C en bak dan vir 1uur.

(Die oond moet koud wees want terwyl die oond warm word rys die deeg geleidelik. Die deeg hoeveelheid is vir 'n klein pot en kan net met alles aangepas word. Baie lekker)