



Sarie Marais.Com se resepteboek.

Hierdie is van die resepte wat ons forum lede op ons geselsforum gepos het. Geniet dit.

Blaai gerus deur die boek, die resep waarna jy soek is dalk in die verkeerde afdeling geplaas. Ek kan nie alles regdoen nie ☺ Daar is ook soms twee of meer resepte vir dieselfde item. Dit is omdat meer as een persoon hul gunsteling resep gepos het.

Lekker eet.

Piet

Item	Hoofstuk	Bladsy
Brood, skons en beskuit.	1	4
Drankies	2	13
Groente	3	14
Koeke, Terte en nageregte	4	17
Pastei	5	31
Pap	6	34
Souse	7	36
Slaai	8	40
Vleis geregte	9	44
Ander	10	56

Brood, Skons en Beskuit.

Boer Brood (Dankie Pieter Duvenhage)

6 Koppies meel

1 t sout

3 t suiker

half k olie

1 pakkie droeë gis

lou warm water

Meng al die droeë bestandele saam in n groot bak, voeg bietjies water by en meng deeglik tot n stywe taai deeg vorm. Knie goed tot n egalige deeg.

Plaas in n bak en bedek met n swart vullis sak vir 1 uur. Plaas deeg in brood pan of pot en laat staan vir 30 minute voor dit in n oond van 180grade gebak word vir 1 uur.

Lepelbrood

'n Skep van hierdie brood met 'n smeerseltjie botter is heerlik saam met braaivleis.

450 ml melk

300 ml mieliemeel

5 ml sout

50 ml margarien, gesmelt

4 eiers, geskei (of ongetroud)

Voorverhit die oond tot 180 °C. Smeer 'n diep oondvaste bak van 24 cm met margarien. Verhit die melk tot kookpunt. Verwyder van die hitte en roer die mieliemeel geleidelik by. Roer tot glad. Plaas terug op die hitte en laat kook tot die mengsel verdik het. Roer elke nou en dan. Voeg die sout en die gesmelte margarien by.

Verwyder van die hitte en laat heelwat afkoel. Klits die eiergele en vou by die mengsel in. Klits die eierwitte styf en vou ook by die mengsel in. Skep in voorbereide bak en bak sowat 35-40 minute lank of tot gaar. Lewer 4-6 porsies.

Maklike potbrood

500g Bruismeel (Self raising flour)

5ml Sout

340ml Blikkie bier

Meng al die bestanddele tot 'n lekker stywe (taai) deeg.

Vir oondbak:

Bak in 'n gesmeerde ronde ysterpot sonder deksel of medium broodpannetjie teen 180 grade C vir 1 uur. As jy op die brood tik en hy klink hol binne, is hy reg.

Vir 'n regte potbrood:

Plaas die deeg in 'n gesmeerde platboompot, en sit die deksel op. Laat die pot langs die vuur staan, met warm as onder en 'n paar kole op die deksel. Draai die pot elke 15 min so 'n bietjie en laat bak vir ongeveer 1 uur en 15 minute tot die broodjie hol klink as jy op hom tik.

Jy kan ook gekapte uie, knoffel en/of cheddar kaas in die deeg sit. My gunsteling is natuurlik om die pot of broodpan met bacon uit te voer voor jy die deeg daarin sit, en dan die bacon oor die deeg te vou.

Mieliebrood

3 koppies gemaalde groenmielies of gevriesde mielies gemaal

1 teelepel sout

1 eetlepel olie

1 eetlepel suiker

2 teelepels bakpoeier

22 gram mielieblom

Meng al die bestanddele saam. Skep in 'n vorm. Sit deksel op en stoom vir 1 ½ tot 2 ure of bak in 'n broodpannetjie by 380 grade vir 30 tot 45 minute.

Beestertbroodjie

1 pak (500g) bruismeel
 1pakkie beesstertsoppoeier
 1 houer (500ml) karringmelk
 125ml gerasperde kaas
 knypie rooipeper

Metode:

Voorverhit die oond tot 180°C. Smeer 'n broodpan (20 x 14 x 7cm).

Meng die bruismeel, soppoeier en karringmelk goed saam. Skep die deeg in die pan en maak dit gelyk. Strooi die kaas en peper oor en bak 1 uur lank op die middelste oondrak. Keer op 'n draadrak uit en laat afkoel.

Piesang-en-Kaashappie

1 Franse brood, sny in skyfies.
 Smeer Marmite op.
 Sny piesangs in skyfies en sit bo-op.
 Rasper kaas bo-oor en mikrogolf tot gesmelt.

Biltonghappie

Sny brood happiegrootte.
 Meng Marmite en botter, smeer op brood.
 Sit 2 snye op mekaar. Smeer ook rondom.
 Rol in fyn biltong.

Grondboontjehappie

Sny brood happiegrootte.
 Meng grondboontjebotter en botter, smeer op brood.
 Sit 2 snye op mekaar. Smeer ook rondom.
 Rol in fyngemaakte Simba skyfies.

Beskuit

Bestandele :

6 koppies meelblom

2 eier, geklits

Karringmelk / suurmelk, omtrent 1/2 liter

6 teelepels (hoogvol) bakpoeier

1 koppie suiker

250 gm margarien

'n knippie sout

Metode :

Vryf die margarien in die meel, bakpoeier en suiker met vingerpunte. Voeg die eiers by. Maak aan met karringmelk en knie 'n bietjie:

As die deeg goed lyk (so bietjie taai maar nie te nat nie), en jy kry daai, "Jip ek like my handewerk gevoel"...

... dan weet jy dis tyd. Maak bolletjies en pak in gesmeerde panne. Laat staan die panne vir ongeveer 15 minute.

Bak vir een uur by ongeveer 165 grade Celsius.

Breek / sny, en droog uit (uitgepak op foelie, blink kant na bo) by 120 grade Celsius vir 1 na 2 ure. Hier moet jy maar omdraai en kyk tot dit hard genoeg is.

GESONDHEIDSBESKUIT

3 x 500 g bruismeel selfraising flour

10 ml bakpoeier baking powder

10 ml sout salt

500 ml suiker (400 g) sugar

1 k sesame saad sesame seed

1 k poppy saad poppy seed

1 k sonneblomsaad sunflowerseed
 375 g margarine margarine
 2 eiers eggs
 500 ml karringmelk buttermilk
 300 ml kookolie oil

Vryf margarine by meel-mengsel in. Rub marg in to flour mix

Klits eiers en karringmelk en olie saam en roer by. Beat eggs and buttermilk with oil and add

Knie effens tot 'n deeg. knead to a dough

Bak in 3 broodpanne by 180° vir 60 min. We bake in fairly flat pans and then cut into block and dry in slow oven

Breek en droog uit.

KARRINGMELKBESKUIT

250 ml. suiker.

2 eiers.

500 ml. karringmelk.

1 kg. Snowflake - bruismeel.

5 ml. sout.

250 g. margarien.

Verhit oond tot 180 Grade C. Klits eiers en suiker saam tot lig en skuimerig. Voeg karringmelk by. Sif meel en sout in groot mengbak en vryf botter in met vingerpunte. Voeg karringmelk by en meng tot deeg. Rol deeg in handpalms in balletjies. Rol balletjies ewe groot omtrent die grootte van 'n eier.

Plaas balletjies dig teenmekaar in gesmeerde broodpanne. Bak vir 50 - 60 minute. Laat effens afkoel en keer uit. Laat dan heeltemal afkoel. Breek beskuite oop en laat oornag op draadrak in oondlaai of in koel oond uitdroog.

Verebeskuit:

'n mens sien hierdie beskuite by die tuisnywerhede en die baasbaksters dra dit altyd trots na die kerkbasaar tafels. Dan koop jy een en betaal duur daarvoor. Wanneer jy rustigheid het sit jy met een so n beskuit en jy trek die velletjies so een vir een af en weet, nat beskuit is lekker. Dan nadat jy 'n hele beskuit met jou onverdeelde aandag beloon het vat jy die res. Net die buitenste beskuite -

anders gaan die gesin jou vermorsel - en jy droog hulle in die oond voordat daar nie een vir die koffie in die oggende oorbly nie.

Bak maar baie selfs gedroog bly hulle 'n wennier. En maak een pan om saam met tuisgemaakte botter en konfyt te eet. As jy jou daarvan weerhou om anys by te gooi kan jy dit met aarbeikonfyt en room voorsit. Bak dan nog 'n pan want anys in die beskuit is eers lekker.

750ml melk

500gr botter/margarine

400gr witsuiker

sowat 2l sterk lou water

3koekies (25gr elk saamgeperste suurdeeg verkrummel

80gr sout

5kg koekmeelblom

5 eiers goed geklits

een blik kondensmelk (397 g)

50ml suurlemoensap

ekstra botter/margarine om die hande meer te smeer

120g semels opsioneel

kook die melk, smeer en al die suiker behalwe 30ml saam. Laat dit afkoel

Meng 1 liter van die lou water, die suurdeeg, 15ml van die sout en die 30ml suiker wat eenkant gehou is. Roer genoeg van die meel hierby om 'n pannekoek beslag te vorm. OUI dit loutwarm tot goed uitgerys na sowat 15minute.

Meng die eiers, kondensmelk en suurlemoensap goed. Meng die oorblywende sout met die res van die meel. Voeg die melk- suurdeeg- en die eiermengsel by en gebruik nog sowat 1liter lou water om die beskuit mee aan te maak en te knie. Die deeg moenie te styf wees nie. (onthou jy kan altyd nog meel byvoeg maar as dit te styf is kan jy nie so maklik water byvoeg nie.)

Knie die beskuit 20minute lank en smeer die hande dikwels met smeer tydens die knieëry. Bedek die deeg en laat dit goed uitrys totdat dit dubbel die oorspronklike grootte is.

Maak bolletjies sonder om die deeg eers af te knie. Die bolletjies moet 'n bietjie kleiner as Hoendereiers wees. Rol elke bolletjie in 'n worsie tussen die handpalms.

Druk effens plat en pak hulle taamlik styf teen mekaar in die klaar voorbereide pan. Wat skuins staan.

Smeer die hande met sagte of gesmelte botter terwyl die bolletjies gemaak word., want dan is dit nie nodig om tussen die bolletjies te smeer nie.

Laat die bolletjies in die panne rys totdat dit gelyk met die rand van die panne is(gebruik diep panne. Bak die beskuit 70minute by 190 grade C. (375grade F)

Keer die beskuit op draadrakke uit en laat dit afkoel. Breek dit versigtig oop. Pak op draadrakke in die oond en droog dit oornag in 'n koel oond uit met die oonddeur oop. Lewer 300 lang beskuite. Moenie bang wees vir die 300 nie. Glo my dit is die ideale geskenk.

Kaas skons

1 K meel

'n half teelepel sout

knypie rooipeper

1 K gerasperde kaas

1 K melk

2 teelepels bakpoeier

Meng meel, sout, rooipeper, melk bymekaar

Voeg bakpoeier by

Skep in skonpanne

Bak vir 10-15 minute by 190 grade C

Sny oop en vul met gekapte ui, polonie (of enige ander koue vleis), pietersielie wat met mayonnaise gemeng is.

Die resep lewer ongeveer 12 groterige skons.

NS: 'n koppie is 250ml en 'n teelepel is 5ml

Kaasskons (dankie Le Roux)

1 eier
 Halwe koppie olie
 1 koppie melk
 2 koppies bruismeel
 1 teelepel bakpoeier
 1 koppie gerasperde beleë cheddar kaas
 Halwe teelepel rooipeper
 1 teelepel sout

Meng al die bestanddele goed en bak vir 20 minute teen 200 °C.

Mieliebrood

500 g bruismeel
 1 blikkie roomsoort mielies (as jy nie kan kry, kyk by die Chinese winkels)
 1 blikkie ingedamppte melk (evporated milk)
 1 t sout

Opsioneel: Gerasperde kaas

Meng alles saam tot 'n slap deeg. Sit die deeg in 'n gesmeerde broodpan en bak teen 180 grade vir ongeveer 40 minute tot 'n uur. As jy 'n sosatie stokkie in die broodjie steek, en hy kom skoon uit, is die brood gaar.

Souskluitjies - op Vleis

Bedien: 4-6 Mense

Vorbereidings Tyd: 15 min

Kook tyd: 30 min

Inleiding

Vervang alledaagse stysel met iets interresants.

Bestandele

2 Koppies Meel

4 Teelepels Bakpoeier

1/2 Teelepel Sout

3/4 Koppie Melk

2 Eetlepels Botter

Aanwysings

Meng die droë bestendele.

Vryf botter met vingers in die droë bestandele.

Voeg melk geleidelik by.

Skep op vleis in stoompot en stowe vir 30 min.

Vetkoek

1 pakkie bruismeel

2 eiers (goed geklits met 'n bietjie water)

'n knypie sout

Water indien deeg te styf is. (die deeg moet die struktuur he van brooddeeg - dit moet styf genoeg wees dat jy lekker bolletjies kan rol met jou hande)

Meng meel met eiermengsel. Voeg water by tot deeg reg is - nie te slap nie.

Bak stadig in warm olie. - en hou jou vingers uit die warm olie! :-)

ROOSTERKOEK

2 kop. meelblom.

1 tl. koeksoda.

2 onse botter.

1/2 tl. kremetart.

1/2 tl. sout.

dikmelk.

Sif droë bestanddele saam. Vryf botter daarin. Meng met melk tot 'n sagte rolbare deeg. Rol 'n halfduim dik uit en sny in reghoeke. Plaas op 'n gesmeerde plaat of rooster oor kole. Bedien warm met botter.

2 Drankies

Outydse gemmerbier

Bestanddele

1 kg Suiker
 6 liter Water
 75 g fyn Gemmer
 5 Suurlemoene
 2 t Brouersgis
 1 Snytjie roosterbrood. (Ja, ek het nie 'n fout gemaak nie.)

Metode

Kook die suiker, gemmer en water vir 'n uur. Wanneer die stroop afgekoel het, voeg suurlemoensap sowel as die dun afgesnyde skil van die suurlemoen by.

Sit die gis op die roosterbrood en plaas dan die roosterbrood op die watermengsel. Laat gis nou vir so twee tot drie dae.

Gooi dan die gemmerbier deur 'n gaasdoek. Bottel en bêre in die yskas.

Warm Sjokoladedrankie

2 porsies
 500 ml melk
 200 g melksjokolade (Lindt se ekstra fyn melksjokolade)
 125 ml room, styfgeklop
 Kakaopoeier, om bo-op te sif

Breek die sjokolade in blokkies en voeg by die melk in 'n kastrol. Verhit saam oor lae temperatuur. Roer totdat sjokolade gesmelt is. Gooi in glase of bekers en skep styfgeklopte room bo-op. Sif 'n klein bietjie kakao oor.

3 Groente**Pampoen Pastei****Bestanddele**

1 k Gekookte fyn pampoen
 3 Eiers
 300 ml Room ½ k Gerasperde Kaas
 1 e Grasuie
 Botter
 3 Repies spek
 1 Klein gekapte ui

Metode

Kap spek fyn en braai saam met 'n bietjie botter in 'n pan.

Meng res van die bestanddele.

Meng die meksel met die spek.

Plaas mengsel in oondvaste bak.

Bak teen 180 °C vir ongeveer 40 minute.

Plaas kerrieboontjies

2kg vars groenboontjies
 500g uie, geskil en in skywe gesny
 500ml kokende soutwater
 375ml asyn
 15ml sout
 375ml suiker
 30ml kerriepoeier
 30ml koekmeelblom

Kerf boontjies en kook saam met die uie tot sag in die kokende soutwater. Dreineer. Kook asyn, sout en suiker 'n paar minute. Meng kerriepoeier en meel met 'n bietjie water, voeg by asyn mengsel en roer by matige hitte tot dik. Giet oor gedreineerde boontjies en uie en meng goed. Skep ingestiliseerde inmaakflesse en verseël dadelik.

Pampoen Koekies

500gr gaar pampoen
 120gr gesifte koekmeelblom
 10 ml bakpoeier
 2 ml sout

1 eier geklits

kookolie

Stroop Bestandele

15 gram botter of margarien

300gram suiker

200ml melk

15ml mielieblom

175ml koue water

Metode: Koekies

Maak die pampoen goed fyn. Voeg die meel, bakpoeier, sout en eier by en klop goed tot gemeng.

Skep teelepels vol in warm kookolie. Druk effens plat en bak aan weerskante tot goudbruin en gaar.

Dreineer op kombuispapier en skep in 'n opdienskottel.

Stroop:

Verhit die botter, suiker en melk tot kookpunt. Los mielieblom in water op en roer in 'n straaltjie by die melk mengsel. Verhit tot kookpunt en gooi oor koekies.

Dien warm op.

Lewer so drie dosyn koekies.

Hierdie resepte kom uit Voortrekker resepte Gedenkuitgawe van 1838-1988

Geroomde groenbone en sampioene

1 ui

1 rooipeper

1 knoffelhuisie

500g groenboontjies

125ml groenteaftreksel

sout en swartpeper
250g sampioene
125ml suurroom
125ml neute

Soteer die ui, peper en knoffel. Voeg die boontjies by en roerbraai 5 minute. Voeg die aftreksel en geurmiddels by, bedek en prut 15 minute tot die boontjies sag is. Voeg die sampioene by en prut nog 5 minute. Skep in 'n bedienbak, gooi die room en neute oor en bedien.

4 Koek, Terte en nageregte

Immergewilde kleinkoekies

CATHY JOUBERT

Wat sal Ma tog sonder die blik koekies maak? Begin vroegtydig bak en probeer die vol blikke tot die vakansie wegsteek!

Kondensmelkklontjies

Lekker en vinnig om te maak. Dit hoef nie gerol te word nie. Jy het net 'n teelepel en vurk nodig.

250 g sagte botter

100 ml strooisuiker

150 ml kondensmelk

750 ml koekmeel

10 ml bakpoeier

1 ml sout

5 ml vanieljegeursel

Stel oond op 180 °C. Room botter en suiker en klits kondensmelk by. Sif droë bestanddele by en voeg laastens geursel by. Meng goed tot 'n sagte deeg. Skep klontjies met teelepel op gesmeerde bakplaat. Druk oorkruis effe plat met vurk.

Bak 15 minute of tot net begin verbruin. Laat afkoel op draadrak.

Die resep lewer 54 koekies.

Hawermout-sjokolade-en-neut-koekies

Die jong klomp sal gaande wees hieroor. Laat hulle gerus help om die deegballetjies te rol.

250 ml botter, sag gemaak

250 ml sagte bruinsuiker

90 ml wit suiker

2 eiers

7,5 ml vanieljegeursel

5 ml koeksoda

500 ml koekmeel

560 ml hawermout (nie die gou-gaar-soort)

375 ml klapper

500 ml donker sjokolade, in stukkes gekap

100 g (1 pakkie) amandels met skil gerooster en opgekap

Stel oond op 180 °C. Klits die botter en suikers met elektriese klitser op vinnige spoed tot lig en

donsig. Voeg die eiers by en klits tot net gemeng.

Klits geursel en koeksoda by. Voeg koekmeel by en klits op lae spoed tot net gemeng. Voeg res van bestanddele by en meng goed saam. (Let wel: Nie met die klitser nie.)

Rol balletjies die grootte van 'n okkerneut en plaas op voorbereide bakplaat. Druk effens plat met vurk. Bak sowat 10 tot 12 minute in die middel van oond.

Laat vir sowat 'n minuut in die pan afkoel voordat jy dit uitlig. Die resep lewer sowat 96 koekies.

Wenk: Om neutte te rooster, stel oond op 180 °C. Plaas neutte op bakplaat en laat sowat 5 tot 7 minute in oond tot goudbruin.

Sjokoladekoek

Klits 4 eiers, voeg 1 pak sjokolade koekmengsel by en 1 pak vanilla kitspoeding (net so droog), $\frac{3}{4}$ koppie olie en 1 koppie water.

Klits alles goed saam, gooi in 'n gesmeerde Pyrex bak en bak vir 20 minute by 180 °C. Versier net so in die bak

Brosbrood-blokkies("short bread")

Dié koekies smelt in die mond. Verdubbel dus die resep vroegtydig.

500 g botter

200 ml strooisuiker

890 ml koekmeel

200 ml mielieblom

ekstra strooisuiker vir bo-oor

Stel oond op 160 °C.

Room botter en strooisuiker saam. Sif droë bestanddele saam en voeg by bottermengsel. Meng tot 'n sagte deeg. Druk deeg in 'n gesmeerde rolkoekpan van sowat 28 cm x 38 cm. Prik deeg goed met vurk. Sny liggies of merk af in blokke of vingers.

Bak sowat 10 minute in voorverhitte oond en verlaag hitte dan tot 150 °C en bak nog sowat 60 minute tot dit 'n ligte roomkleur het.

Haal uit en sny vingers of blokkies deur.

Sif strooisuiker oor en laat afkoel in pan.

Plaas op draadrak tot heeltemal koud. Bêre in 'n lugdigte houer.

Die resep lewer sowat 48 blokkies.

Gemmerkoekies

Gemmerkoekies bly altyd gewild en dié staatsmaker uit ons toetskombuis kan jy altyd weer maak.

500 g sagte botter

500 ml sagte bruinsuiker

250 ml goue stroop

sowat 80 ml gemmerkonserf, gedreineer en fyn opgekap

1 kg bruismeel

10 ml elk koeksoda en kremetart

5 ml sout

2 ml gemaalde gemmer

2 eiers, geklits

ekstra koekmeel, indien nodig

Stel oond op 180 °C. Klop die botter, bruin-suiker, stroop en konserf saam. Sif die droë bestanddele by die bottermengsel in. Meng goed saam.

Voeg die eiers by en meng saam tot 'n sagte deeg. Neem ekstra meel op die hande as die deeg te onhanteerbaar is. Vorm klein balletjies en plaas op gesmeerde bakplaat of rol uit en druk sirkels van verlangde grootte uit. Bak sowat 8 tot 10 minute. Lewer sowat 80 koekies.

Wenk: Let op dat die deeg 'loop'. Laat dus genoeg ruimte tussen elke balletjie.

Ons het die deeg dun uitgerol en 'n heerlike bros koekie gekry.

Melkkos

10 ml bakpoeier

7 koppies melk

3 eiers (geskei)

200 ml koekmeelblom

2 ml sout

50 ml gesmelte botter

50 ml suiker

kaneelsuiker om bo-oor te strooi

1. Sif bakpoeier, meel en sout saam.
2. Klits 1 koppie melk saam droë bestanddele tot pasta.

3. Klop botter by pasta in.
4. Klits eiergele en suiker saam en sit by pasta.
5. Sit bietjie warm melk by pasta.
6. Meng pasta stadig in kookmelk in.
7. Kook tot gaar en laat effens afkoel.
8. Klits eierwitte styf en vou in.
9. Dien op met kaneelsuiker.

Mikrogolf Melkkos :

500ml melk

2 eetl (maw 50ml) koekmeel

so 2 eetlepels margarine

'n bietjie sout.

Klits alles goed in 'n bak en sit dan in die mikie - hou aan kook (op 100%) totdat dit styf is

MAAR jy moet dit kort-kort roer - elke 1 minuut - anders maak dit klonte.

Sodra dit dan styf is - jy sal sien dit het dan ook darem al so 'n keer of wat geborrel - dan gooi ek net lekker baie kaneelsuiker in = roer deur en skep in bakkies - ek gooi dan sommer weer kaneelsuiker bo-oor.

Brandewyn tert

Net so voor die winter weer weg is kan hierdie brandewyntert ook heerlik wees vir 'n Sondagmiddagtee.

250 g Dadels

1 t koeksoda

1 k kookwater

½ k margarien
 2 Eiers
 2 k meelblom
 1 t bakpoeier
 ½ t sout
 1 k gekapte okkerneute

Sny die dadels in klein stukkies. Verdeel in die helfte. Gooi koeksoda en kookwater oor die een helfte, roer en laat staan tot afgekoel. Klits die margarien en suiker goed saam tot romerig, voeg dan geklitste eiers by en meng goed.

Sif die droë bestanddele saam en vou dit in die margarien mengsel. Voeg nou die droë helfte van die dadels by, daarna die neute en daarna die geweekte dadels. Meng nou goed. Gooi die beslag in 'n bak en bak vir 30 tot 40 minute in matige oond.

Maak intussen die volgende stroop:

1 ¼ k Suiker
 1 e Botter
 ¾ k Water
 1 t Vanieljegeursel
 'n Knippie sout
 ½ k Brandewyn

Hierdie stroop moet oor die tert gegooi word sodra dit uit die oond kom. Dien op met hompe room

CREMORA TERT

1 pakkie (200g) Tennis beskuitjies
 100 ml botter gesmelt
 250 ml Cremora
 250 ml kook water
 125 ml suurlemoensap
 1 blikkie (397 g) kondensmelk

Besput 'n tertbord van 25 cm in deursnee met kleefwerende kossproei of smeer goed.

Maak die beskuitjies fyn en meng met die gesmelte botter en voer die tertbord uit daarmee.

Meng die Cremora en kookwater saam in 'n mengbak. Voeg die suurlemoensap en kondensmelk by en klits tot effens verdik. Giet die mengsel in die voorbereide kors en verkoel tot die mengsel stewig is.

Cremora tert (Le Roux)

Kors:

1 pak (200 g) Mariebeskuitjies, fyngemaak
100-125 ml gesmelte botter

Vulsel:

1 pak (250 g) Cremora-melkpoeier
125 ml (1/2 koppie) kookwater
1 blik (397 g) kondensmelk
125 ml (1/2 k) suurlemoensap

Meng die beskuitjies en die gesmelte botter goed en druk in 'n 23 cm-tertbord vas.

Los die melkpoeier in die kookwater op. Verkoel. Klits die kondensmelk en suurlemoensap saam.

Voeg die opgeloste melkpoeier by en klits tot dik, romerig en wit. Skep die vulsel in die voorbereide kors en verkoel tot stewig.

Souttert of ligte aandete

Kook 3 eiers hard vir 10 minute, sit in koue water, dop af en rasper grof.

1 midium grootte blikkie weense worsies grot gerasper.

6 respies spekvleis half gaar gebak en in stukkies gesny.

Verhit oond tot 350 grade F of 180 grade C

Witsous

2 eetlepels margarien

2 hoogvol eetlepels meelblom

2 koppies melk

1 1/2 koppies gerasperde Kaas

Metode

Mikrogolf al die witsousbestanddele (behalwe die kaas) vir 6 minute oop in die bakkie by 100% krag en roer elke minuut baie goed tot dik.

Voeg nou gerasperde kaas by witsous en roer goed.

Mikrogolf weer vir 1 minuut tot mengsel dik is.

Voeg al die bestanddele bymekaar en plaas in gesmeerde vuurvaste bak.

Bak in oond vir 20 minute

sout tert

1 Pakkie Viennas (London Frankfutters)

1 Pakkie Bacon

1 Blikkie Bullie Beef (Corned Beef)

3 Koppies gerasperde kaas

1 Gerasperde Ui

1 Gerasperde/fyn gesnyde Tamatie

2 eiers

1 teelepel bakpoeier

1 koppie melk

2 Eetlepes Koekmeel blom

1. Snipper die bacon in klein stukies, en maak gaar, sodra gaar gooi die ergste olie/vet af
2. Voeg die vienna's, bullie beef, bacon, kaas, ui en tamaties saam in een bak en meng goed.
3. Gooi nou die koekmeel en die bakpoeier by die mengsel in die bak en meng goed
4. Meng nou die melk en die eiers eers apart en dan voeg by die mengsel in die bak en meng deeglik.
5. Laaste gooi mengsel in die bak en plaas in oond op 180 grade celcius vir 20-30 minute, haal uit en bedien, of laat afkoel en bedien dan nes julle wil.

Korslose souttert (Dankie Le Roux)

500 ml gerasperde Weense worsies

2 eiers, geklits

500 ml gerasperde kaas

1 pak gesnipperde spek
250 ml melk
125ml gerasperde ham/polonie
12,5ml mosterdpoeier

1 ui, fyngekap
10 ml droë pietersielie
30 ml meelblom
Sout en peper na smaak

Meng al die bestandele saam in 'n groot bak. Gooi die mengsel in 'n gesmeerde tertbak van 25cm en bak dit 30-35 min by 180°C.

GESTOLDE PIESANGPOEDING:

(Die poeding stol stadig, maak liefs vorige aand)

750 ml water
200 ml suiker
3 groot piesangs, geskil
5 ml suurlemoensap
80 g suurlemoenjellie
3 eiers, geskei

Verhit water en suiker tot kookpunt. Druk piesangs fyn en meng met suurlemoensap. Roer by suikerwater, verhit en kook 1-2 minute. Haal van stoof af en laat effens afkoel. Voeg jelliepoeier by en roer tot gesmelt. Klits eiergele goed, voeg by en laat goed afkoel tot mengsel net-net dik raak. Klits eierwitte tot styf en vou in piesangmengsel in. Gooi in poedingbak en laat stol in yskas. Sit voor met roomys of vlasous.

Grenadellatert

1 pakkie Marie beskuitjies

45 ml botter

1 blik kondensmelk

1 pakkie suurlemoenjellie

325 ml warm water

12 grenadellas/ 4 blikkies grenadellamoës

Krummel beskuitjies, meng met botter en 45 ml van kondensmelk

Druk plat in 'n gesmeerde vurvaste tertbord

Los jellie in water op en laat afkoel

Voeg die grenadellas saam met res van die kondensmelk by jellie en meng goed

Gooi bo-op beskuitjiekors en plaas in yskas om te stol

Bedien met room

Kits vanilla roomys

1 blik (410g) ingedampte melk, goed verkoel

5ml vaniljegeursel

1 blik (397g) kondensmelk

250 ml (1 koppie) room

Klits ingedampte melk tot dit verdik en voeg geursel by.

Klits kondensmelk by.

Klits room styf en vou in melkmengsel.

Giet in 2 vrieshouers en laat dit vinnig vries, sonder om verder te klits.

Koppie poeding

Hierdie resep is lekker want dis sommer vir die kinders of familie as julle lus kry vir gebakte poeding of iets soets, baie vinnig en maklik.

KOPPIE POEDING

80ml koekmeelblom

2ml bakpoeier

30ml suiker

25g botter

30ml melk

1 eier

30ml gouestroop of konfyt

*Smeer 2 groot koppies goed met botter.

*Sif die droe bestandele saam.

*Smelt die botter sowat 1 min lank in die mikrogolfoond en voeg die melk en eier by.

*Meng goed en voeg by die droe bestandele. Meng tot glad.

*Skep helfte van die stroop in elke gesmeerde koppie en skep ook helfte van beslag in elke koppie.

*Bedek liggies met kleef plastiek en mikrogolf 2 min lank op 100% krag .

*Laat sowat 5 min lank staan en keer dan uit op 'n bord.

*Dien op met vla indien verkies.

*Genoeg vir 2 mense.

MARMITE KOEK

36ml botter

185ml suiker

1 eier

375ml meelblom

10ml bakpoeier

knippie sout

250ml melk

125g botter en 'n opgehoopte teelepel marmite

*Room botter en suiker, voeg eier by en klop goed.

*Sif droe bestandele en voeg om die beurt met melk by eiermengsel.

*Gooi in 'n langwerpige tertbak.

*Bak vir 30 min by 180C (375F)

*Smelt botter en marmite en gooi oor tert sodra dit uit die oond kom.

*Bedien met gerasperde kaas bo-oor.

PANNEKOEK

1 kop. meelblom.

1 teel. bakpoeier.

knippie sout.

2 eiers.

1/4 kop. kookolie.

1 1/2 kop. water.

Meng alles goed. Laat staan 'n bietjie. Bak in baie min olie. Strooi kaneel en suiker oor

Plaatkoekies

2 eiers

125ml suiker

250ml melk

25ml gesmelte margarien of olie

500ml meelblom 20ml bakpoeier

2.5ml sout

Klits die eiers en suiker saam. Voeg 125ml melk en margarien by. Sif die meelblom, bakpoeier en die sout saam en voeg dit by die eiermengsel. Voeg die orige melk geleidelik by om 'n gladde mengsel te vorm. Moet die mengsel nie weer roer nadat alles goed gemeng is nie. Bak in 'n warm pan waarin bietjie olie gedrup is. Bak eers aan die een kant en as dit bo-op lugblasies vorm, draai die koekies om en bak ook aan die anderkant tot goudbruin. Dien op met botter en stroop of heuning.

Tradisionele resepte uit Raap en Radys uit

Sagopoeding

1 liter melk

145 g sago (200ml)

n knippie sout

60 g suiker (75 ml)
 45g botter (50ml)
 4 eiers geskei
 12.5ml melk
 5ml vanieljegeursel
 200ml appelkooskonfyt

Metode. Verhit die 1 liter melk met die sout sago en suiker oor lae hitte en laat prut dit totdat die sago gaar en deurskynend is

Roer die botter by

Klits die eiergele, 12,5 ml melk en vanieljegeursel saam. Voeg die warm melk-mengsel geleidelik by die eiergele terwyl sit aanhoudend geroer word.

Klits die eierwitte styf en vou dit in.

Giet die mengsel in 'n gesmeerde oondskottel en bak dit 'n halfuur lank by 180 grade C (350 grade F)

Skep lepelsvol konfyt op die warm poeding en bedien warm of koud.

Adamsoesies en Tamboesies

50 g botter of margarien
 125ml kookwater
 70 g bruismeel
 2 middelslag eiers

Smelt die botter of margarien in die kookwater op die stoof en voeg die bruismeel eensklaps by met 'n paar vinnige rondomtalie-hale van die lepel. Die kleierige pasta sal alles aan die lepel bly kleef. Maak nie saak nie Haal van die stoof af en voeg die eiers een vir een by met 'n kniebeweging van die lepel eerder as 'n roer beweging.

Dan, wanneer die tweede eier bygewerk is, roer ek die deeg of pasta, wat maat goed styf kan wees nog so 'n paar keer om en spuit of vorm die pasta op 'n gesmeerde papier.

(onthou om baie plek om elke vormpie te laat want dit swel erger as 'n brulpadda op.

Steek in die oond en bak sowat 30minute lank totdat die poffers nie meer water sweet nie en mooi

bruin is. As jy klein snytjies of gatjies met 'n breinaald prik wanneer hulle uit die oond uit kom help dit om die stoom uit te laat en dan sal die poffertjie nie inkrimp nie.

Die deeg moenie te styf wees nie. Dit moet maklik met 'n spuitbuis/sak uitgedruk kan word. Te sag (nie loperig nie) maak nie saak nie want die poffers rys dan ewe goed in die oond as wanneer dit stywer is.

Hierdie word nou met soet of sout vulsels gevul. Ek maak gewoonlik koekbakkervla (eintlik is dit sommer 'n melktert-vulsel met strooisuiker eerder as met gewone suiker gemaak.) Meng kakao met warm water en 'n bietjie gesmelte botter tot dit dik maar nog loperig is. Gooi bo-oor die poffertjie en siedaar 'n wenner.

Gekondenseerde melktert

1 blik kondensmelk
3 koppies water
6 eetlepels mielieblom
2 eiers, geel en wit apart
1 eetlepel botter
1 teelepel vanieljegeursel
Tennisbeskuitjies

1. Verhit die gekondenseerde melk en water.
2. Meng die mielieblom met 'n bietjie water en roer dit by die melk. Roer die mengsel tot dit dik word en verwyder van hitte.
3. Voeg die geklitste eiergele by en laat die mengsel weer kook tot dit gaar is.
4. Voeg die botter en geursel by.
5. Pak 'n laag tennisbeskuitjies in 'n tertbord en gooi die mengsel oor.

Joghurt tert

'n Pakkie Tennisbeskuitjies / Mariebeskuitjies
500 ml houër yoghurt (enige geur)
1 blikkie kondensmelk

Vorm 'n kors met die beskuitjies en 'n bietjie botter.
Meng die yoghurt en kondensmelk en gooi oor die kors.
Mikrogolf vir 3 minute.
Verkoel in yskas.

Marshmallow Tert

1 blik kondensmelk
1 blik crushed pynappels
1 pakkie tennis- of mariebeskuitjies
botter

Gesnipperde marshmallows

Meng kondensmelk, pynappels en marshmallows goed saam.

Krummel kors van mariebeskuitjies of tennisbeskuitjies met botter

Giet mengsel bo-oor kors en plaas in yskas om te stol.

5 Pastei

Hoenderpastei

Bestanddele:

1 groot hoender
2 pakkies sampioene
1 pak gesnipperde spek
2 koppies bruin rys
1 bottel mayonaise
1 groot pak "chutney chips"
1 teelepel hoenderspeserye

1 teelepel paprika

1 groot ui

sout en peper na smaak

Metode:

Braai ui in bietjie olie tot sag. Sny hoender in stukke en braai saam met uie. Voeg speserye, sout en peper by. Kook hoender tot sag. Verwyder al die bene en maak fyn.

Kook rys solank eenkant tot gaar.

Braai spek en sampione tot gaar .

Druk "chips" fyn

Gooi nou alles by die hoender asook die "chips" en mayonaisse. Roer goed deur. Gooi in gesmeerde baksessel. Stel oond op 180 grade C Rasper genoeg kaas bo-oor pastei. Plaas in oond totdat die kaas gesmelt is.

Bedien saam met broodrolletjies en 'n mengelslaai

Hoenderpastei (Le Roux)

1 hoender ontbeen

hoenderspeserye

paprika

sout en peper

2 blikkies gemengde groente

1 blikkie hoendersop

1 blikkie sampioensop

1 pakkie sampioene gekerf

1 rolletjie blaardeeg

Kook die hoender tot gaar. Voeg die speserye na smaak by en laat lekker deurkook. Voeg die gemengde groente en blikkies sop en sampioene by en laat kook. Indien dit te souserig is verdik met 'n bietjie mielieblom - laat lekker deurkook. Gooi in pan, rol blaardeeg uit, voeg bo-op. Verf met 'n bietjie eier en melk. Bak by 180°C tot bruin.

Visvingerpastei

visvingers

vars room

sampioensoppoeier

410g tamatie en uie mengsel

gerasperde kaas

Pak visvingers in gesmeerde oondvaste bak. Versprei blik tamatie en uie eweredig oor visvingers.

Meng room en soppoeier saam en giet oor visvingers. Strooi kaas oor en bak vir ongeveer 15 minute teen 180C.

Spek en eierpasteie

6 kersietamaties
 6 repies spek (gesnipper) en reeds gaar gebraai.
 4 eiers geklits
 ½ koppie melk
 6 eetlepels gerasperde kaas
 Pietersielie

Meng al die bestanddele saam en skep in 'n muffinpan. Bak by 150 °C vir 25 minute.

Hoenderpastei

-

1 hoender ontbeen
 hoenderspeserye
 paprika
 sout en peper
 2 blikkies gemengde groente
 1 blikkie hoendersop
 1 blikkie sampioensop
 1 pakkie sampioene gekerf
 1 rolletjie blaardeeg

Kook die hoender tot gaar. Voeg die speserye na smaak by. Voeg die gemengde groente en blikkies sop en sampioene by en laat kook. Indien dit te souserig is verdik met 'n bietjie mielieblom - laat lekker deurkook Gooi in pan, rol blaardeeg uit, voeg bo-op. Verf met 'n bietjie eier en melk. Bak by 180°C tot bruin.

Chris-Marie se kwaai braai paai

2 rolle skilferkorsdeeg
 1 pak spinasie
 Gaar hoenderborsies (gerookte hoenderborsies kan ook gebruik word)
 1 pakkie gesnipperde spek
 1 ui
 1 rooi rissie
 1 geel rissie
 1 pak sampioene
 Fetakaas
 Mozzarellakaas
 Cheddarkaas

Metode:

Laat ontdooi die deeg en rol uit op snyplank.

Braai ul, rissie en spek saam.
Voeg Ina Paarman se Rosemary and Olive-speserye en peper by.
Sit die helfte van rou spinasie op deeg.
Sny hoenderborsies in stukkie en plaas op spinasie.
Sit uie en spekmengsel op.
Pak sampioene op.
Sit nou verskillende kase op.
Eindig met ander helfte van spinasie.
Plaas deeg bo-op. Verf met eier/melk.
Maak deeg oral toe, soos 'n pakkie
Gebruik rooster met randjies.
Braai hoog op vuur.
Braai 15 minute, draai gedurig om.
Braai tot mooi goudbruin.

6 Pap

Paptert

Bestanddele

Uie

Tamaties

Green Peppers

Bacon

Sampioene of blikkie geroemde sampioene

Geurmiddels

Tamatiesous

Room

Meel

Kaas - skerp gegeurde

Metode

Maak pap met meel. Wat ons doen is 1 k meel met 3 k water.

Dit is genoeg vir 3 tot 4 persone en ook net reg vir 'n middelmatige oondbak.

Voeg gesnipperde bacon by en braai.

Voeg gekapte green peppers by.

Voeg gekapte tamaties by en braai verder.

Voeg sampioene by en braai tot sag.

Nou kan die geurmiddels, tot smaak, bygevoeg word.

'n Klein bietjie room kan bygevoeg word.

Verdeel die pap in die helfte.

Plaas die een helfte in die bak en druk liggies plat met vurk.

Gooi die helfte van die sous oor.

Gooi 'n lekker dik laag kaas oor.

Herhaal weer pap, sous en kaas.

Plaas in matige oond en bak tot kaas mooi bruin is.

Wenk

Daar kan enige ander bestanddele by die sous gevoeg word, bv Salami of rook worsies.

Die gereg is lekker wanneer dit 'n ruk gestaan het sodat die geure kan meng.

Lekker Pap

Kook water vir pap, gooi crushed garlic en sout in water, en maak pap - nie te styf nie.

Roer Room suikermelies by as pap gaar is

Braai uie, mushrooms en tamaties en geur na smaak. Maak lang sous met dit

Maak 'n witsous(enige manier wat jou pas) met kaas in.

Skep laag pap, tamatiesous, en kaassous. herhaal

laat net stadig warm bly tot jy eet.

7 Souse

Kits aapklersous.

Neem een deel asyn,
een deel worcsestrsouses, een deel mev. Balls (groep prop) en een deel tamatiesous. Meng goed hou
lank in die yskas.

Aartappel Suurdeegplantjie

Rasper 1 aartappel baie fyn.

Voeg die volgende by:

2 teelepels suiker

1 teelepel sout

1 sakkie kitsgis - somer hierdie 10g blou, groen of pers pakkies wat so 70 sent kos in supermarkte. Die pers rys baie goed, want dit het Vitamiene C in. Gooi dit dan in 'n glas houder / outydse can fruit bottel.

Maak vol met lout water (seker omtrent so 500 ml) - te warm water sal die gis doodbrand en dan werk dit nie. Sit somer 'n piering bo-op om toe te maak, want die aartappels gaan na boontoe styg en moontlik oorkook.

Dit moet die heelyd by kamer temperatuur wees Dit is die teken dat dit gewerk het. - Jou plantjie is suksesvol.

As jy nou wil afskep om te bak, kan jy dit omroer en twee derdes gebruik om mee te bak. Die een derde wat oorbly, bly in die bottel en jy gooi dan net die suiker, sout, aartappel en water weer by.

Sampioen sous

1 Pak vars sampioene

50 ml margarine

2 uie gekap

250 ml vars room

20ml maizena

5 ml mostert poeier

5 ml sout

Knippie Rooi peper

Braai uie in botter tot sag. Meng die room, maizena, sout, mostert en rooipeper saam. Voeg die sampioene by en prut vir +- 5 min.

Kerriesous

4 groot uie in ringe gesny

30 ml kookolie

15 ml kerriepoeier

45 ml gladde appelkooskonfyt

750 ml asyn

30 ml bruinsuiker

5 ml borrie

Sout na smaak

Braai die uie in die olie.

Sodra die ui mooi bruin gebraai is, voeg die kerrie by en braai saam met die uie vir ongeveer 2 minute. Meng res van die bestanddele by en voeg by die uiemengsel. Laat prut vir 'n paar minute.

Laat die sous afkoel. Gooi die sous nou oor die vleis en laat ten minste 'n dag staan.

Ryg die vleis om die beurt in met die vet, appelkose en klein uitjies in.

Braai en geniet.

Lekker Kerkbazaarkerrie

1.5 lb Vleis (Enige vleis werk vir die storie - hoender, vark, skaap of selfs bief blokkies of mince)

3 Huisies knoffel fyngekap

1 Groot ui gekap - kan maar grofferig wees

1 eetlepel Kerriepoeier

2 Rissies - fyngekap of 2 Rissieblokkies

3 Lourierblare

1/2 teelepel Komynsaad (Cumin seed)

1 teelepel Fyn Komyn (Ground Cumin)

1 teelepel Fyn Gemmer (Ground Ginger)

1/2 teelepel Fyn Borrie (Ground Turmeric)

2 eetlepel Appelkooskonfyt

1 eetlepel Grondboontjebotter

Sout na smaak

2 koppie Water (warm)

1 Suurlemoen se sap en pulp (sonder pitte!)

Aartappels

Groente (Ek hou van die bevrore gemengde soort met ertjiepeule, ertjiepitte, baba worteltjies en baba mielietjies)

So maak mens:

Braai al die droë speserye in 3 eetlepels olyfolie

Gooi uie en knoffel by en braai tot gaar.

Verwyder die uie en knoffel mengsel en hou eenkant.

Braai vleis tot goudbruin/gaar/net soos jy dit like

Gooi die uiemengsel terug in die pan saam met die vleis

Meng jam, grondboontjebotter en suurlemoensap in die warm water en gooi die mengsel oor die vleis en uie.

Sit sout by

Sit aartappels by. Gebruik heel/halwe nuwe aartappeltjies of skil en sny die grotes in blokke (soos die wat jy in die kermiskerrie altyd gekry het)

Kook tot alles mooi gaar en sag is

Sit nou die groente by

Proe gereeld om te sien of alles nog reg loop en of jy nog sout, grondboontjebotter of jam nodig het

Prut tot die groentetjies mooi gaar is

Eet lekker saam met rys

Sous vir tjops

Uie fyngesny

Tamatiesous

Blatjang

Bruin Uiesoppoeier / water / melk

Sakkie Marais se Tamatiesmoor

5 groot ryp tamaties

2 middelslag-ueie

30 ml olyfolie

6 knoffelhuisies

4 takkies vars roosmaryn

Growwe sout na smaak

45 ml gladde heuning

Sit tamaties in 'n kastrol en bedek met kookwater. Skil en sny kroontjies uit. Sny dan die tamaties in blokkies. Skil uie en sny in fyn blokkies. Gooi tamaties en uie in gietysterkastrol. Voeg olyfolie by.

Kook teen medium-hitte vir sowat een uur. Druk knoffel met 'n breë vleismes plat, verwyder skilletjies en breek in growwe stukke. Gooi by tamaties in die kastrol. Pluk roosmaryn, spoel af en

gooi heel takkies by. Voeg growwe sout na smaak by. Kook vir nog 'n uur. Roer heuning in en laat dit deurkook. Laat prut vir nog 15 minute.

8 Slaai

Aartappel slaai

Genoeg aartappels (hang af van hoeveel honger gaste jy het), sag gekook en in blokkies gesny.

250g bacon (opgesny in klein blokkies)

halwe ui (fyngesny)

2 knoffelhuisies (fyngesny)

half koppie mayonaise

half koppie blatjang (Mrs Balls werk lekker)

Braai die bacon (spek klink net nie reg nie!), die uie en knoffel in 'n bietjie botter tot gaar.

Sit die aartappels in 'n slaaibak, gooi die bacon mengsel bo-oor.

Meng die blatjang en mayonaise saam tot 'n lekker sousie, en roer deur die slaai (verkieslik terwyl die aartappels nog warm is)

Die slaai is ewe lekker warm of koud

AVOKADO EN AARTAPPELSLAAI

600 g middelslag aartappels, gewas 60 ml Franse slaaisous

1 klein ryp avokado Sap en gerasperde skil van een

3 ml sout suurlemoen

Varsgemaalde swartpeper 1 knoffelhuisie, gekneus en fyngekap

5 ml suiker 50 ml room of melk

25 ml gekapte grasuie 15 ml gekapte, vars pietersielie

Bedek die aartappels met net genoeg water. Verhit tot kookpunt, verlaag die hitte en laat saggies prut totdat die aartappels net sag is. Dreineer en gooi koue water bo-oor (dit vergemaklik die aftrek van die skil).

Sny die aartappels in blokkies en meng liggies met die Franse slaaisous terwyl die aartappels nog warm is. Halveer die avokado, verwyder die pit en skep die vleis uit. Plaas die avokado met die suurlemoensap, -skil, sout, peper, knoffel, suiker en room of melk in 'n voedselverwerker en verwerk tot mooi glad (gebruik 'n vurk indien 'n voedselverwerker nie beskikbaar is nie).

Voeg die grasuie en pietersielie daarby. Die sous kan met ekstra room of melk verdun word. Meng die sous liggies met die aartappel blokkies, skep in 'n mooi glasbak en bedien koud.

AVOKADO GEVUL MET GEROOKTE SNOEK

2 groot, ryp avokado's 100 g gerookte snoek, gevlok

varsgemaalde swartpeper 60 ml mayonnaise

100 g Gruyère-kaas, gerasper (250 ml) 60 ml droë broodkruummels

Vinkel en suurlemoenwiggies vir garnering

Sny die avokado's in die lengte in die helfte en ontpit. Vul die helftes met die gevlokte, gerookte snoek. Geur met varsgemaalde swartpeper. Smeer mayonnaise eweredig oor elke helfte. Meng die kaas en broodkruummels en sprinkel oor gevulde avokadohelftes. Plaas op 'n bakplaat onder 'n voorver-hitte roosterelement vir 'n paar minute, totdat die kaas net smelt. Sit voor op mooi kleinbordjies en garneer met vinkel en suurlemoenwiggies. Sit voor met growwe bruinbrood.

AVOKADOSLAAI MET SPEK EN NEUTE

1 pak gemengde slaaiblare 6 sprietuie, in ringe gesny met groen lowwe

8 reepe swoerdlose streepspek 4 snye witbrood sonder korsies

1 groot, ryp avokado 125 ml pekanneute, grof gekap

125 ml Franse slaaisous

Breek die slaaiblaar in kleiner stukkie en plaas in die slaaibak saam met die gesnyde sprietuie. Sny die spek in 1 cm-stukkies en roerbraai in 'n bietjie olie tot bros. Haal uit en dreineer op kombuispapier. Sny die brood in blokkies (1 cm x 1 cm) en braai in die dieselfde pan as die spek tot goudbruin. Voeg 'n bietjie ekstra olie by indien nodig. Haal uit en dreineer. Sny die avokado en rangskik op die slaaiblaar. Bedek met slaaisous. Sprinkel neute, spek en bros broodblokkies oor slaai net voor opdiening.

Drie Boontjie Slaai

Hoe langer drieboontjieslaai kans kry om te marineer, des te smaakliker is ?n skeppie daarvan saam met vleis of boerewors. ? 1 groot ui

1 soetrissie

2 blikke (410g elk) botterbone

2 blikke (410g elk) Gesnyde groenbone

2 blikke (410g elk) boontjies in tamatiesous

SOUS

250 ml asyn

200 ml slaaiolie

100 g (125 ml) wit suiker

37,5 ml gedroogde basiliekruid

Skil en kap die ui fyn. Halveer, ontpit en snipper die soetrissie fyn. Dreineer die botterbone en gesnyde groenbone.

Meng die ui, soetrissie, botterbone, gesnyde groenbone en boontjies in tamatiesous liggies.

Meng die asyn, slaaiolie, wit suiker en basiliekruid. Voeg die boontjiemengsel by en meng. Skep in flesse en bewaar in die koelkas.

Lewer ongeveer 2 liter slaai

Sewelaagslaai

Bestanddele

1 kropslaai gebreek

Fyn gerasperde rou uie na smaak

Spek gebraai en in blokkies gesny (addisioneel)

Omtrent 6 hardgekookte eiers, gesny

Gerasperde wortels

500 g Gevriesde Petite Pois Ertjies

Miracle Whip (verkieslik) of enige mayonnaise na smaak

Gerasperde Kaas

Metode

Pak al die bestanddele in dieselfde volgorde in 'n bak, moet dit nie meng nie.

Skep die Miracle Whip oor sodat dit die slaai bedek soos 'n room.

Strooi gerasperde kaas oor.

Die slaai moet verkieslik in die oggend gemaak word vir die aand, maar as dit al die vorige dag gemaak word is hy op sy lekkerste.

Wenk

Hierdie wenk kom van Yvonne en dit is hoe sy die slaai maak. Sy pak die slaai-blare in die bak, dan gooi sy die uie oor en gooi vir versiering ook pietersielie oor. Dan volg die wortels, ertjies, Miracle Whip en die kaas. Dié weergawe van die slaai moet ook die vorige dag gemaak word.

9 Vleis geregte

Beesstert Potjie

Ryk en kragtige beesstertpotjie

45 ml olyfolie

1 kg beesstert

1 groot ui, gekap

375 ml warm beesvleisaftreksel

60 ml droë rooiwyn
 30 ml tamatiepasta
 3 heel naeltjies
 1 lourierblaar
 10 ml vars tiemie, gekap of 3 ml droog
 250 g (ongeveer 10) piekeluitjies, geskil
 4 selderystingels, gekap

Verhit die olie in 'n swaarboompot en braai die beesstert daarin tot goudbruin. Voeg die ui by en soteer tot sag. Giet die aftreksel, wyn en tamatiepasta by. Voeg ook die speserye en kruie by. Prut vir ongeveer 2 uur, voeg nog aftreksel by, indien nodig. Voeg die uie en seldery by en prut vir nog 15 minute tot sag. Bedien met rys.

Lewer 4-6 porsies.

Variasie: Voeg aartappels en wortels by, indien verkies.

Beesstert-bredie met sjerrie

90 ml koekmeelblom
 5ml sout
 15ml paprika
 2kg beesstert, in porsies gesny
 50ml braaivet kookwater
 300g sampioene, gekerf 1 rooi soetrissie, ontpit, in ringe gesny
 1 knoffelhuisie, gekneus
 2 groot uie, in ringe gesny
 2 vleisaftreksel-blokkies
 15 ml kerriepoeier
 225ml warm sjerrie
 Genoeg gaar ertjies vir garnering.

Meng koekmeelblom, sout en paprika en bedek beesstert daarmee (hou oortollige meel mengsel eenkant). Verhit braaivet in 'n swaarboomkastrol. Verbruin beesstert. Voeg genoeg kookwater by om beesstert net-net te bedek. Sit deksel op en stowe vir 1 uur oor matige hitte.

Voeg sampioene, soetrissie, knoffel, ui, aftrekselblokkie en kerriepoeier by. Roer goed deur. Plaas deksel op en stowe vir 3 tot 3½ uur tot beesstert sag is.

Roer sjerrie by, plaas deksel op en stowe 15 minute.

Maak gladde pasta van die orige meelblom en 'n bietjie water. Roer by bredie. Kook vir 5 minute. sonder deksel. Geur na smaak.

Skep op en garneer met warm, gaar ertjies.

Bobotie

1 kg maalvleis
 1 sny witbrood, geweek in ¼ koppie melk
 ½ koppie rosyntjies
 3 teelepels blatjang
 2 teelepels kerriepoeier
 2 teelepels sout
 1 uit gekap
 3 teelepels appelkooskonfyt
 2 teelepels suurlemoensap
 1 teelepel tiemie

Meng al die bestanddele en sit dit in 'n groot oondvaste bak. Bak by 160 °C vir 45 minute. Verwyder en klop goed met 'n vurk. Meng 'n koppie melk (250 ml) en drie eiers. Gooi oor die maalvleis en garneer met suurlemoenskil. Braai tot goudbruin. Bedien met geelrys.

Ribbetjies en lewer in netvet.

Ribbetjies het nie baie dinge nodig nie. Eintlik moet jy net 'n lekker ribbetjie met baie vleis aan hê., Oppas vir sekere slagters hulle sny al die vleis af en jy kry net die bene met die bietjie vleis tussen in. (Sommige eetplekke maak ook so.) Nee kry 'n ordentlike ribbetjie. Dan smeer jy die rib sout.

Growwe sout as jy het. Net genoeg, nie te veel nie. En jy gooi peper. Net genoeg, nie te veel nie. Pak hom netjies in 'n rooster. 'n toeknip rooster. Die kole moet nou nie te warm en nie te koud wees nie. So as die manne klaar gebraai het is die kole vir die ribbetjie gewoonlik reg. Dis nou as jy met deutlike kole braai. En nie met stoffies nie. Sit nou die ribrooster so langs die vuur mooi regop. Ja, ek het gesê regop. Die ding hou nie van lê nie. Sien hy kan al langs die vuur staan terwyl jy die vleisie

braai maar dit moet nou nie brand warm wees waar die rooster staan nie. Al te gou sal die vetjies begin drup en die ribbetjie stadig begin om ?n eetlyf te kry. Geduld is die wagwoord en die manie is net reg langs ?n storie vuur waar almal rustig is en niemand by die rugby of die TV hoef uit te kom nie..

Daar is natuurlik die skool wat sê die rib moet eers sy sout aan die einde van die proses kry maar ek maak nie so nie want dan is jy geneig om meer sout te gooi en dit is nie gesond nie.

Smeer ?n paar aartappels met olie en steek hulle met ?n vurk vol gaatjies. Strooi met sout en laat hulle ook aan die kant van die vuur ?n staning kry. Sit sommer ?n paar skorsies ook by. Maak net met die aartappels.

Hierby is daar natuurlik ook die lewer en niertjies in die netvet. Jy neem die netvet van een skaap. Sommer die een waarvan jy die ribbetjies in die die rooster het. Dan koop jy ?n ekstra lewer sodat jy twee lewers het en dan koop jy nog niertjies by sodat jy 10 niertjies het.

Sit die netvet in warm water sodat dit kan sag word. Moontlik sal jy hulle so ?n bietjie moet brei. Sny nou die netvet in vierkante sodat jy die lewer en niertjies in hulle kan toedraai.

Sny die niertjies deur en die lewer in repe. Sprinkel sout en peper oor .

Draai bietjies, bietjies in die netvet toe en streek die punte met ?n tandestokkie vas.

Braai tot goed bruin en bedien met stywe pap., kaboemielies of slap aartappels Kapokaartappels

Hoenderlewertjies

500g hoenderlewertjies

1 ui

1 groenrissie

Braaivleisspeserye

Bisto-sous

125 ml room

Peri-peri speserye

Maak hoenderlewertjies gaar in uie en olie.

Voeg speserye en sous by.

Wanneer dit amper gaar is, gooi room by.

Heerlik op roosterbrood!

Tamatiesous hoender

Die resep klink snaaks maar ek belowe dis baie lekker

Neem porsies of sny een hoender in porsies

2 koppies (bekers) tamatiesous (All Gold verkieslik)

2 koppies Asyn (as jy nie All Gold t/sous gebruik nie net een k asyn)

Meng in bak en gooi borrie in totdat dit geel word

1 t kerriepeier

Sout Peper en Speserye na smaak

Smelt 250 g botter/margarien in pot

Braai een groot gekapte ui daarin, skep ui uit wanner sag

Haal van hitte af en laat bietjie afkoel

Doop hoenderstukkies en aartappels in sous en pak in pot, gooi sous bo-oor en prut stadig in botter.

As die sous min word gooi bietjie water by. Prut tot gaar, gooi uie terug en bedien saam met rys en groente.

Beesstert

Plaas 2 opgesnyde beessterte in drukpot tesame met 3 koppies water en 3 fyngesnyde uie.

Stooi sou en peper oor,

Kook in drukpot vir ongeveer 1 uur.

Sodra vleis sag is, plaas 10 klein heel uitjies in pot en kook vir 5 minute op stoom.

Plaas vleis en uitjies in vuurvaste skottel.

Los eers sous in drukpot,

Voeg klein aartappeltjies en gevriesde pakkie klein heel wortels by vleisskottel.

Verdik nou sous in drukpot met 2 teelepels Bisto en 1 eetlepel Worcestersous.

Skep aangemaakte sous oor vleisdis in die vuurvaste skottel.

Braai in oop vuurvaste skottel vir ongeveer 30 min. in oond by 160 grade.

Bedien met rys en slaai

Gebraaide ribbetjie

1 groot ui fyngeskap
 1 knoffelhuisie gekneus
 25ml kookolie
 1 blik(410gr) tamatiepuree
 60g sagte bruin suiker
 50ml worcestersous
 25ml suurlemoensap
 10 ml mosterdpoeier
 5ml sout
 2ml gedroogde salie(as jy kan kry)
 knypie peper
 1,5 kg lams of varkribbetjie

Metode:

Soteer ui en knoffel in 'n groot braaipan in olie tot sag. Voeg die res van die bestandele behalwe die vleis by en prut vir 10 minute oor lae hitte

Plaas vleis in 'n groot vuurvaste bak. Gooi sous bo-oor. Bak 'n uur by 200 grade C.(440Grade F.)

Bestryk die vleis gereeld met die sous. Rooster dan vinnig tot bros en bruin en sit warm voor.

As jy die Geheim van braai ken kan jy die ribbetjie die hele tyd oor die kole hou of anders net so 'n wyle om die rib bros en bruin te maak en die braaigeur in die vleis te kry.

Bedien met krummelpap. Maak Tamatie smoor daarby of wees waaghalsig en maak 'n Kerrie sous.

Die wyntjie Wel wit of rooi na jou smaak gewoonlik wit by die vark en rooi by die skaap. Maar ek, ek drink rooi.

Vetfrikkie**Frikkadelletjies:**

1kg gemaalde maer beesvkeis

90g (250ml rou hawermout

50ml sagte broodkrummels
50ml witasyn
4eiers geklits
1 groot aartappel grof gerasper
15ml sout
5ml gemaalde koljander
5ml gemaalde neutmuskaat
5ml gemaalde wonderpeper (pimento)
2ml peper of na smaak
sonneblomolie vir diep braai.

Meng al die bestanddele vir die frikkadelletjies behalwe die Olie

Fatsoeneer die mengsel in frikkadelletjies en gebruik nagenoeg 25g daarvan vir elke frikkadelletjie.
Bak die frikkadelletjies in warm diep olie net tot gaar. Dreineer op papierhanddoek en laat dit heeltemal koud word.

Frikkadelle

1 tot 2 kilogram fyn vleis
2 eiers
4 snye witbrood (droog en grof gekrummel)
1 middelslag uit gerasper
4 eetlepels asyn
1 teelepel bakpoeier
1 eetlepel blatjang
Sout en peper na smaak

Metode:

Meng al die bestanddele, maak frikkadelle en sit in plaat met stukkies vet tussenin as maalvleis nie vetterig is nie

Bak tot gaar by 325 grade F (160 grade C)

Gooi biefekstrak oor frikkadelle ongeveer 15 minute voordat dit gaar is.

Baktyd hang af van grootte van frikkadelle

frikkadelle vries goed.

LEKKERLOS FRIKKADELLE

1 ryp middelslag tamatie

1 middelslag-ui

750g gemaalde beesvleis

40g(100ml)hawermout

150ml melk

25ml asyn

25ml Worcestersous

7ml sout

peper na smaak

knypie gedroogde tiemie

1 pakkie tamatiesoppoeier

500ml water

*Skil en kap die tamatie en ui fyn. Voeg die maalvleis, hawermout, melk, asyn, Worcestersous, sout, peper en tiemie by en meng alles liggies saam met 'n vurk ? moenie te veel meng nie!

*Vorm 12 tot 14 groterige frikkadelle van die mengsel en plaas dit in 'n oondvaste bak met 'n deksel of

in 'n dikboomkastrol.

*Meng die soppoeier en water en giet dit oor die rou frikkadelle. Sit die deksel op.

*As dit in die oond gaargemaak word: bak dit 60-90 min by 180C(350F) en haal die deksel 'n kwartier voor die baktyd verstryk het af sodat die frikkadelle bo-op lekker bruinerige kan bak.

*As dit op die stoof gaargemaak word: stowe die frikkadelle sowat 60 min oor lae hitte

*Lewer 12-14 groterige frikkadelle.

Hoenderlewers op 'n stokkie (Amalia)

Klits:

125 ml olyfolie

10 ml gekapte roosmaryn
 2 fyngekapte knoffelhuisies
 30 ml wit wynasyn
 5 ml fyn gerasperde suurlemoenskil saam

Sny 2 rooi soetrissies in stukke en ryg afwisselend met hoenderlewers aan sosatiestokkies
 Plaas in bak, giet marinade oor en laat staan vir 1 uur
 Oondbraai dan vir 6 minute by 200°C tot gaar

Vleisbroodjie in die mikrogolf: (Meatloaf)

1 ui
 1 Granny Smith Appel
 750g maalvleis
 60g (250ml) vars volkoringbroodkruummels
 50ml pitlose rosyntjies
 1 eier
 25ml melk
 15ml kerriepoeier
 37,5ml blatjang
 5ml sout
 knypie peper
 125ml tamatiesous
 12,5ml sagte bruinsuiker

Skil en kap die ui fyn. Skil, sny die stronk uit en kap die appel fyn. Meng die ui, appel en gemaaldevleis en pitlose rosyntjies liggies met 'n vurk.

Klits die eier, melk en 25ml van die blatjang, 19 ml van die kerriepoeier, sout en peper saam en meng dit liggies met die vleismengse. Vorm middelslag-frikkadelle van die mengsel.

Smeer 'n broodpan en pak die frikkadelle styf teen mekaar daarin. Mikrogolf dit 7 minute oop op 70% krag.

Meng die tamatiesous, sagte bruinsuiker en 5 ml kerriepoeier. Skep dit oor die halfgaar vleisbroodjie. Mikrogolf die vleisbroodjie 15 tot 18 minute oop by 50% krag. Laat die broodjie 'n

rukkie staan voor opdiening!

Eet smaaklik!

Vleisbroodjie in die gewone oond:

750g maalvleis

25g varkworsies sonder velletjies

2 eiers

1 dik sny witbrood in water geweek

10ml sout

1 ml peper

1ml paprika

1 klein uit, gekap

Meng al die bestanddele goed

Vorm die mengsels soos 'n broodjie, rol dit in droë broodkrummels of fyngemaakte ontbytvlokkies en plaas dit in 'n gesmeerde vuurvaste bakskottel

Bak dit 1 tot 1 en 'n kwart uur lank by 180 grade

Dien dit warm op.

Eet smaaklik!

Kerriebiefstuk (Op kole gebraai)

Sny gekapte kruisskyf in porsies. Sout en peper en lê oornag in sous.

Sous:

Klits 1 eier en voeg by:

2 e Tamatiesous

2 e Worcestersous

2 e asyn

2 t kerriepoeier

1 e kookolie

2 e blatjang

1 gerasperde ui

3 huisies knoffel gekap

Metode:

Braai vleis in rooster op kole.

Wasgoedbondeltjies

750g gemaalde varkvlies

2 uie

2 knoffelhuisies gekap

10 ml botter

2-3 aartappels in blokkies gesny

3 ml fyn gemmer

knippie fyn naeltjies

2 ml fyn koljander

2 tamaties geskil en gekap

10 ml sout

1ml peper

30 ml asyn

125 ml vleis aftreksel

Metode

Verhit botter of kookolie in n dikboomkastrol

en soteer die uie en die knoffel.

Voeg vleis by en braai liggies tot bruin.

Voeg aartappels, speserye, tamaties, sout en peper, asyn en vleisafreksel by die mengsel. Sit deksel op en prut tot sag. (Ongeveer n drie-kwart tot een uur.) Laat afkoel voor gebruik.

Sosaties

75 g gedroogde appelkose oornag geweek

36 klein uitjies

1 k skaapvet in blokkies gesny

2 kg skaapboud of dikrib in blokkies gesny

Sout en peper na smaak

5 Knoffelhuisies fyngedruk

Vryf knoffel in 'n diep bak. Gooi sout en peper oor die vleisblokkies.

Marinade

Maak die volgende marinade aan en gooi oor die vleis:

125 ml melk of suurmilk (verkieslik suurmilk)

1 ui in skywe gesny

15 ml bruinsuiker

2 gekneusde suurlemoemblare, as dit nie beskikbaar is nie gebruik gerasperde skil van 1 suurlemoen.

Gooi die marinade oor die vleis en marineer oornag. Ek verkies om die vleis 'n volle 24 uur te marineer.

Spaghetti bolognaise

Bestanddele

Olyfolie

500 gram maalvleis

1 blikkie tamatie puree

1 blikkie tamatie- en uiesmoor (Basiliekruid en Origanumgeur)

1 ui

1 groenrissie

gerasperde Cheddarkaas

Suiker

Rooiwynasyn

Rooiwyn

Metode:

Braai die ui in 'n bietjie olyfolie tot goudbruin. Voeg groenrissie by en braai. Voeg rou maalvleis by en braai tot bruin. Voeg tamatiepuree, tamatie- en uiesmoor, suiker (na smaak), rooiwijnasyn (na smaak) en rooiwijn (na smaak) by en laat prut vir 20 minute.

Skep maalvleis oor gaar spaghetti en bedien met blatjang en kaas.

Maalvleis sonder moeite – ideaal vir 'n naweek!

Ui

500 g maalvleis

100 ml blatjang
1 koppie rou rys
Knypie sout
1 blikkie Minestrone
1 blikkie geroomde sampioene
500 ml kookwater

Braai die ui in 'n bietjie olie en voeg maalvleis by. Braai tot bruin. Sit in 'n oondvaste bak met 'n deksel en voeg blatjang bo-oor.

Strooi die koppie rou rys eweredig bo-oor, asook sout.

Gooi minestrone bo-oor en ook die sampioene. Voeg laastens die kookwater by. Sit deksel op en bak in oond vir 1 tot 1 ½ uur in 'n voorverhitte oond teen 180°C.

10 Ander

Aartappel Suurdeeg (Louise Truter, Swellendam)

Hier volg my ma (sy was 'n 1910-baba) se aartappelsuurdeeg:

1 middelmatige aartappel (geskil en grof gerasper)
[2 pakkies suurdeeg vir ingeval die aartappel nie genoeg laat rys nie!]
4 koppies kookwater
12,5 ml sout (Dis nou vir 5 kg meel; sy het gewoonlik helfte broodmeel en helfte "Nutty wheat")

gebruik)

Aand:

Gooi kookwater, sout en aart. in kastrol met digpassende deksel.

Sit 3 koppies meel bo-op sonder om te roer. Maak gaatjie in middel

Sit doek oor en deksel op Maak dig toe in kartondoos uitgevoer met koerante, kastrol toegedraai in kombers.

Laat staan oornag op 'n lou plek of sit later 'n warmwatersak by! (Mamma het 'n Aga- stoof gehad wat mos heel nag lekker warm gebly het)

Volgende Oggend oorsuur:

Klits 1 koppie afgekoelde gekookte water in

Laat staan ±1 uur in lou oond of warm toegemaak.

As dit nog nie rys nie, roer 1 sakkie suurdeeg in

Die suurdeeg is reg as skuim bo-op vorm.

Knie:

Meng die suurdeeg en meel, 3 E margarien, nog sout indien nodig

1,5 - 2 liter warm water om mee aan te maak en knie deeglik

Laat rys, knie af, dan in panne en laat rys weer, en bak by 180°C vir 40 - 45 min.

Botterskorsiesop

1 kg botterskorsie, geskil en in blokkies gesny

750 ml water

15 ml biefekstrakpoeier

2 ml rissiepoeier

500 ml melk

125 ml vars room

5 ml gekapte pietersielie

1. Plaas die botterskorsie, water en biefekstrak in 'n kastrol en laat ongeveer 20 minute kook, totdat die botterskorsie sag is. Laat effens afkoel.
2. Giet die mengsel in die bak van 'n voedselverwerker en verwerk tot glad.
3. Giet die mengsel weer in die kastrol en roer die melk by. Verhit oor lae hitte.
4. Verwyder die sop van die hitte en roer die room en pietersielie by.
5. Sit warm voor met volkoringbrood.

Kerrie en rys

500 g maalvleis
 1 ui
 Bietjie olie
 ½ teelepel Rajah kerriepoeier (mild and spicy)
 Blikkie groente
 2 eetlepels appelkooskonfyt
 3 of 4 naeltjies
 1 pakkie Royco mild thai Kerrie (bief) (klaar geel, geen borrie nodig)

Gooi 'n bietjie olie in 'n kastrolletjie. Kap ui en braai in die olie. Gooi die kerriepoeier by. Laat dit saam met die uie braai. Voeg maalvleis by en braai tot bruin en gaar. Meng Royco mild thai kerriepoeier met water en voeg by die maalvleismengsel. Prut oor stadige hitte. Voeg naeltjies by. Gooi 2 eetlepels appelkooskonfyt by. Dan die groente. Bedien met rys, piesang en blatjang.

Ontbyt met sampioene en eiers in bakkies (oondgebak)

Bestanddele
 (4 porsies)
 6 wit sampioene, in dun skyfies gesny
 1 eetlepel botter
 4 eetlepels room
 4 teelepels botter
 sout en varsgemaalde swartpeper
 8 groot eiers

Voorverhit oond op 180 °C
 Smelt die eetlepel botter in 'n pan.
 Braai die sampioene vir ongeveer 10 minute tot effens bruin.
 Geur met sout en swartpeper.
 Verdeel die sampioene tussen 4-bakkies.
 Plaas nou 'n teelepel botter bo-op die sampioene en dan 'n eetlepel room.
 Breek 2 eiers in elke bakkie en geur met sout en swartpeper.
 Plaas al 4 bakkies in 'n oondbak en gooi kookwater tot by die helfte van die bakkies.
 Plaas vir 20 minute in 'n oond teen 180 °C.
 Hou maar dop, want jy bak dit net tot die eiers gestol is.
 Die eiergeel moet nog sag wees, want die lekker is om roosterbrood stukkie daarin te doop.

Macaroni

1 pakkie spek
 1 groenrissie, opgekap
 1 ui, opgekap
 1 pakkie sampioene, opgekap
 Macaroni
 500 tot 750 ml melk
 Maizena
 Gemengde speserye

Tamaties
Gerasperde cheddarkaas

Maak macaroni op gewone manier gaar.
Braai uie in bietjie olie en voeg groenrissie en spek by.
Braai ook sampioene saam.
Gooi die melk by.
Sodra melk begin kook, voeg Maizena en gemengde speserye by.
Voeg die sous by macaroni en plaas in oondbak.
Sny tamaties in skywe en plaas bo-op die macaroni.
Strooi gerasperde kaas bo-oor en bak in voorverhitte oond teen 180 °C vir halfuur tot gaar.

Oorskiet visdis

Oorskiet vis, gepluis
1 ui, opgekap
Aartappels, gaar en in blokkies gesny
Pietersielie
Knoffel
Gemaalde peper

Braai uie in botter en voeg knoffel by.
Gooi opgekapte aartappels by en braai bietjie.
Voeg die vis en gemaalde peper by en laastens sprinkel pietersielie oor, bedien op rys.

Viskoekies

1 blik (425 g) sardyne in tamatiesous
1 blikkie (200 g) tuna, gedreineer
1 ui, gerasper
1 eier, geklits
10 ml droë pietersielie
125 ml koekmeelblom
Sout en peper na smaak

Druk die sardyne in tamatiesous en tuna fyn.
Voeg die res van die bestanddele by en meng goed.
Voorverhit 'n pan tot redelik warm. Gooi 'n bietjie olie daarin.
Skep lepels vol van die vismengsel in die olie en braai weerskante bruin.
Sit die koekies warm voor.

