

8

Potjie Resepte

Seekospotjie
Rooibokpotjie
Souskluitjies in 'n ysterpot
Wors en niertjiepotjie
Afvalpotjie
Skaapskenkelpotjie
Pa se Rooiii Hoenderpotjie
Hoender-biltong-en-spekpotjie

Seekos-Potjie

Braai 2 uie saam met n halwe potjie garlic. (kan verminder word).

Gooi 1 pak sampioene by en braai.

Gooi 'n pak gemengde seekos by en braai vir sowat 5 minute saam.

Roer by 250 ml vars room en 1 pakkie wit uie sop.

Laat dit vir 'n halfuur prut.

Wenke:

* as jy en jou vriende wil saam kuier om 'n pot, sal ek 'n seekos-potjie afraai.

* indien jy jou skoon familie moet nooi vir ete, is dit ideaal -- sorg net dat daar al kole is as hulle opdaag.

* indien jy bietjie variasie wil gebruik, kan jy mossels met die skulp ingooi, of crabsticks is ook goedkoop en baie lekker; stokvis kan ook die potjie bietjie rek.

* vermeerder jou room en uiesop saam met die seekos m.a.w. 2pakke seekos; 2 uiesop en 2 room.

* jou kole moet redelik koel wees.

* dien op saam met rys en Franse brood.

'n Potjie Wenk

As jy potjiekos maak, gebruik "Spray en cook" dit help dat die kos nie aanbrand nie, maar help veral ook dat die pot nie na die tyd roes nie.

Rooibok Potjie

1 kg rooibokvleis in blokkies gesny

2 knoffelhuisies, fyn gedruk

6 aartappels, in skywe gesny

2 uie, in skywe gesny

500 ml port of droë rooiwyn

4 geelwortels, in skyfies gesny

250 g spekvleis, gekap

125 ml olie

10 ml gekapte tiemie

Verhit olie in swartpot en soteer geelwortels, uie en knoffel totdat uie deurskynend is.

Voeg tiemie, vleis, spekvleis en port by. Prut 2 uur baie stadig met deksel op.

Voeg aartappels by en prut nog 30 tot 45 minute. Sit voor saam met mieliepap.

Souskluitjies in 'n Ysterpot

125 g botter of margarien

12.5 ml koeksoda

knypie sout

750 ml kookwater

5 ml vanieljegeursel

60 ml fyn appelkooskonfyt

500 ml koekmeelblom (gesif)

100 ml melk

250 ml suiker

klontjie botter (ekstra)

Smelt botter en roer dan eers konfyt dan koeksoda by (mengsel bruis).

Voeg meel en sout beurtelings met melk by.

Plaas oorblywende bestanddele in ysterpot en laat opkook.

Skep lepelsvol deeg in kokende vloeistof sodat hpies nie opmekaar lê nie.

Sit deksel op en prut vir 25 minute lank.

Bedien warm, stip met botter.

Wors-en-Niertjie Potjie

genoeg vir 10

12 lamsnietjies (middeldeer gesny, vliese en kerns verwyder)

50 ml olie
3 groot uie (gekap)
5 ml sout
12.5 ml tamatiepasta
50 ml droë wit wyn
200 g sampieone
12.5 ml gekapte pietersielie

25 ml botter
50 ml koekmeelblom
varsgemaalde swartpeper
200 ml hoenderaftreksel
8 varkworsies middeldeer gesny
50 ml brandewyn

Plaas olie en botter in driepootpot en verhit oor warm kole.

Voeg gekapte uie by en roer vir 3 minute.

Rol niertjies in 'n mengsel van koekmeelblom, sout en peper en voeg by die uie in die pot.

Voeg res van die bestanddele behalwe die brandewyn en pietersielie by en laat oor matige kole gaar word sonder om te roer.

Wanneer niertjies gaar is, voeg brandewyn en pietersielie by, roer een maal om en dien op.

Afvalpotjie

2 klompe skappens (goed skoongeskraap)
250 ml halfsoet wit wyn
sout en varsgemaalde swartpeper
6 groot uie (gekap)
25 ml matige sterk kerriepoeier
10 ml donkerbruin suiker
250 g droëperskes

water om in te kook
sap van 1/2 suurlemoen
1 skaapnek
12 klein aartappeltjies
2 ml rissiepoeier
asyn om mee aan te maak

Sny pense in blokkies en plaas in driepootpot saam met water, wyn, suurlemoensap, sout, peper en skaapnek.

Sit deksel op, plaas pot oor matig warm kole en laat kook tot inhoud sag is - ongeveer 3 tot 4 uur.

Wanneer pensblokkies sag is en vleis van nekwerwels afval, verwyder nekwerwels, voeg uie en aartappels by inhoud en kook nog 30 minute lank.

Maak kerriepoeier, rissie poeier en suiker met asyn aan en voeg saam met perskes by inhoud van pot. Sit deksel op en plaas weer op vuur vir 30 minute. Roer goed om en dien op.

Skaapskenkelpotjie

100 ml olie
'n halwe groen soetrissie, gekap
2 knoffelhuisies, gekneus
2 middelslag tamaties, gekap
sout en swartpeper na smaak
250 ml kookwater
12 klein aartappeltjies, gewas
400 g sampioene.

2 kg skaapskenkels
1 groot ui, gekap
6 swoerdlose spekrepe, gekap
2 biefekstrakblokkies
250 ml witwyn
5 wortels, geskil, in skywe gesny
5 murgpampoentjies, in skywe

Verhit olie en braai vleis tot bruin. (Hoe bruiner die vleis gebraai word, hoe bruiner en ryker sal die sous wees.)

Voeg die groenrissie, ui, knoffel en spek by en braai tot begin verbruin.

Voeg tamaties by en roerbraai vir 5 minute.

Voeg biefekstrak, geur- middels, witwyn en kookwater by en prut vir 'n uur.

Voeg wortels en aartappels by en laat vir 20 minute prut.

Voeg laastens die murgpampoentjies en sampioene by en laat vir 15 minute prut.
Vul vloeistof aan, indien nodig.

Wenk:

Moenie potjie tydens gaarmaakproses roer nie. Sit voor met rys, koring of potbrood.

"Pa se Roooi Hoenderpotjie"

Gebruik 'n nommer 3 Potjie.

Bestanddele:

1 Kg hoender (Gemiddelde gewig van 'n normale hoender).

Fyn Sout

Growwe Swart Peper

Koekmeel om stukkie in te rol.

Uie fyn gekap(2 middelslag)

Kook rys apart tot gaar

Gemmer en Knoffel (Fyngemaak, 2 Teelepels). Polo Kwane handelmerk

Bestanddele vir die Sous:

Tamatiesous(300ml) Koo Handelmerk

Blatjang(50ml)Wellington Handelmerk

Tabascosous(2ml)

Worchestersous(20ml)Mrs.Balls Handelmerk

Asyn(50ml)

Suiker(50ml)

Mostertpoeier(5ml)

Paprika(15ml) Robertson Handelmerk

Water(125ml)

(Voeg alles bymekaar in 'n bottel (1 liter plastiese Coke bottel) en meng goed deur die bottel te skud.)

Metode:

Stap 1. Maak jou pot warm en gooi jou botter (egte) by (20ml).

Stap 2. Braai die fyngekapte uie en Gemmer/Knoffel (2 teelepels) tot die geur uitkom.

Stap 3. Neem die hoender porsies en strooi individueel een vir een met fyn sout en peper.

Stap 4. Nadat die gedoen is doop die hoender porsies in die koekmeel en voeg in die pot.

Stap 5. Roer totdat die hoender porsies goed met die uie en olie bedek is vir so 10 minute met die deksel oop. Gebruik 'n houtlepel. (Die reuk sal jou nou al reeds honger maak .

Van nou af roer jy nie weer jou pot totdat jy opskep nie.

Stap 6. Gooi nou jou sous soos bo saamgestel in en laat jou pot stadig loop. (Borrel liggies reg-deur). Kyk gereeld na die pot vir 15 minute.

Stap 7. Voeg nou jou groente in lae in die volgende volgorde. 10 klein Aartappels, 10 jong wortels, 10 klein tipe pampoentjies.

Stap 8. Voeg een pakkie "button" sampioene na smaak by vir die laaste 45 minute.

Stap 9. Voeg klaargekookte rys by so 10 minute voor opskep, en laat die sous deurkook.

Die pot loop so 2 1/2 uur.

Stap 10. Kry vroulied om die aartappels te toets of dit gaar is en vra haar somer na die sout inhoud.

Die verskillende handelsmerke wat aangetoon word werk volgens my die beste om die smaak uit te bring.

Stap 11. Skep op en geniet die Rooi Hoender.

Hoender-biltong-en-spekpotjie

Sous:

2 hoenderaftrekselblokkies
500 ml (2 k) droë witwyn
46 g sampioensoppoeier (1 pakkie)
5 ml (1 t) gemengde gedroogde kruie

250 ml (1 k) kookwater
250 ml (1 k) blatjang
5 ml (1 t) gedroogde tiemie
5 ml (1 t) suurlemoenpeper

Hoendergereg:

15 ml (1e) olyfolie
12 hoenderdye, ontvel indien verkies
50 ml Brandewyn
2 uie, in ringe gesny
1 seldrystringel, in dun ringe gesny
4 wortels, skyfies gesny
250 g knopiesampioene
150g klam beesbiltong, gekerf
125 ml (1/2 k) vars, gekapte pietersielle

15 ml (1 e) botter
250 g spekvleis, gekap (1 pakkie)
10 ml (2 t) gekapte knoffel - opsioneel
1/2 groen soetrissie, grof gekap
20 klein aartappeltjies, geskil
12 klein uitjies, heel
8 murgpampoentjies, in dik skywe gesny
250 ml (1 k) gerasperde Cheddarkaas

Metode - Sous:

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

Metode - Hoendergereg:

Verhit die botter en olie oor matige hitte en verbruin die hoender daarin.

Voeg die spekvleis by en soteer dit 3 minute lank.

Voeg die brandewyn en knoffel by. Roer dit deur en moet daarna nie weer roer nie.

Strooi uie, soetrissie en seldery oor die hoender; plaas daarna die aartappels en wortels bo-op.

Giet sous oor en plaas die deksel op; laat 1 uur lank prut. Voeg kookwater by indien nodig.

Bedek dit en laat prut dit 20 minute lank. roer dit net voor bediening en strooi pietersielle oor.