

Maak Aartappels In Mikrogolf.

4 medium-grootte aartappels

Metode

- 1.) Was die aartappels goed en prik met 'n vurk.
- 2.) Pak op 'n bord en bedek met kleefplastiek. Prik die kleefplastiek ook met 'n vurk.
- 3.) Plaas in die mikrogolfoond en mikrogolf 10 minute lank op HOOG (100 persent) tot heeltemal sag en gaar.

Wenk:

- Sny aartappels oop en vul met 'n vulsel.
- Verbruin 'n bietjie op die rooster by 'n braai.

phantocomp