

## **Hoender Mikrogolf**

sout  
hoenderspesery  
rou hoender

peper  
paprika

Pak bogenoemde in 'n bak.

100 ml tamatiesous  
mayonaise  
blatjang  
1 teelepel mosterd

worcestersous  
kookolie  
1 teelepel kerrie

Meng alles. Bedek hoender met kleefplastiek. Maak 'n gaatjie. Mikrogolf vir 15 minute. Draai om. Mikrogolf vir nog 15 minute.

---oOo---

**phantocomp**