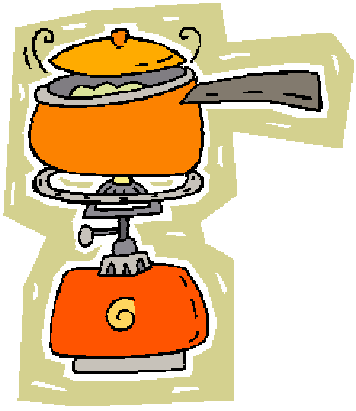
Peterjasie se Kampkos-resepte



Peterjasie se Kampkosresepte

Peter Thomas - peter@funkymunky.co.za
My webwerf: http://funkymunky.co.za/afrikaans.html

Ontbyt Resepte

Ontbyt 1: Engelse ontbyt (Roereiers en spek/worsies).....9

Ontbyt 2: Ham, kaas en tamatie roosterbroodjies.....9

Ontbyt 3: Maalvleis en pap (Cowboy-ontbyt).....9

Ontbyt 4: Sunrise Surprise.....10

Ontbyt 5: French Toast.....10

Ontbyt 6: Boerbrakke.....10

Ontbyt 7: Vetkoek en kerriemaalvleis.....10

Sampioen Ontbyt Bakkie.....11

Ontbyt pizza.....11

Vleisgeregte (vis ook).....12

Kampkerriekos.....12

Bobby se Hoender.....12

Lewer in Netvet.....12

'n Niertjie-ontbyt met 'n verskil.....13

Mykonos Vis.....13

Phyllis se Konkoksie.....14

Tuna pasta gereg.....14

Sosasties en broodrolletjies.....15

Hooimied-ete.....15

Potbrood en braaivleis.....15

Pasta a la Boere.....16

Chinese Braai.....16

Japtrap Ete.....16

Worsgereg.....17

Varkworsie-en-rysdis.....17

Pasta la Nicola.....18

Boeliebeef en pap.....18

Maalvleis in kombersies.....19

Paelle a la Nonnie.....19

Smullekker beesstert.....19

Rump Steak Flambé.....21

Potjiekos.....22

Liplekker Hoenderpot.....22

Tamatie Bredie.....22

Ontbyt potjie.....22

Blikpotjie.....23

Arm man se potjie.....23

Skaappotjie.....23

Biltongpot.....24

Beesstertpot.....24

Hoender in Bier.....25

Visblitzpot.....26

Biltong potjie.(10 mense).....26

Cowboy-pot.....27

Seekos-Potjie.....27

'n Potjie Wenk.....28

Rooibokpotjie.....28

Souskluitjies in 'n Ysterpot.....28

Wors-en-Niertjie Potjie.....28

Afvalpotjie.....29

Skaapskenkelpotjie.....29

Pa se Rooooi Hoenderpotjie.....30

Hoender-biltong-en-spekpotjie.....31

Brood ens.....32

Asbrood.....32

Souskluitjies in 'n Ysterpot.....32

Potbrood.....33

Potbrood.....33

Bobaas bierbrood (variasies).....33

Vetkoekies.....34

Mieliebrood in 'n potjie op die vuur.....34

Potbrood wiele.....35

Tameletjiebrood.....35

Kaas en Bier Potbrood.....35

Potbrood met soutvulsel.....36

Soet, sondige potbrood.....36

Bierbrood.....36

Mieliebrood.....37

Mieliebrood in 'n potjie op die vuur.....37

Roosterkoeke.(ongeveer 16).....38

Vetkoek in Skottelbraai.....38

Roosterkoek.....38

Jaffles.....39

Brood-resep.....39

Slaaie en ander bykosse.....39

Meksikaanse mengelslaai.....39

Rysslaai.....40

Sweetcorn en spekslaai.....40

Kerriepiesangslaai.....40

Piesang en pynappelslaai.....40

Appel en yoghurtslaai.....41

Baked beans slaai.....41

Bone en pynappelslaai.....41

Tropiese groenteslaai.....41

Stywepap en Krummelpap.....41

Stywe Pap.....41

Krummelpap.....42

Ryspap.....42

Aartappelresep.....42

Piesangslaai.....43

Maklike slaai.....43

Heerlike pampoenslaai.....43

Mielietert.....43

Lekkerste ongesonde pap.....43

Blitsvinnige pastaslaai.....44

Mieliepap In Mikrogolf.....44

Pampoenpoffertjies in Stroop.....44

Polonie-vetkoekies.....45

Stampkoringslaai.....45

Noedels en room.....46

Tunapoffertjies.....46

Mieliepap poffertjies.....46

Gegeurde piesangpoffers.....47

Soet/sout slaai.....47

Crabstick Slaai.....47

Dadelkluitjies.....48

Nuwe slaai.....48

Soetsuur-doopsous.....48

Bruinrysslaai.....49

Mosterdsous.....49

Kwaai sous.....49

Maklike slaai.....50

Spekrolletjies voorgereg.....50

Koning sampioen met 'n lekker roomkaas mengsel.....51

Broodslaai.....52

Hoenderslaai met mango en gemmer mayonnaise.....52

Lensie-en-rysslaai.....53

Biltongslaai.....53

Bros aartappelskilslaai.....54

Maklike uieslaai.....54

Avokado en maaskaasslaai.....54

Eierslaai.....55

Warm kaas en artappelslaai.....55

Vinnige happies en ligte etes.....55

Ou meid onder die kombers.....55

Lekker happie.....56

Blitsige braai-idees.....56

Pasta ala sansha.....56

Spaghetti ala Tilla.....57

Romerige slakke op vuur.....57

Ann se happie.....57

Malvalekker Piesangs.....57

Heerlike voorgereg vir braaivleis.....57

Worsie stokkies.....58

Gebakte Piesangs (kinders).....58

Gebakte Piesangs (groot mense).....58

Peuselbroodjies.....58

Sop-Brood beskuitjies.....59

Gepeperde Hoederlewers.....60

Kitssouthappie.....60

Melkkos.....61

Melkkos 2.....61

Wasgoedbondeltjies.....61

Braaibroodjie.....62

Groente disse.....63

Kool in Tinfoil.....63

Groente Pot.....63

Spesiale Groente vir Braaivleis.....64

Devil's Fork Sampioene.....64

Groentepakkies.....65

Groentegereg.....65

Cowboy pasta.....65

Groente bygereg vir braai.....65

Soetpatatresep.....66

Pampoenkoekies (1923).....66

Pampoen Reseppie.....66

Bosveld warm patat in foelie op die vuur.....67

Nagereg.....67

Souskluitjies.....67

Liplekker trifle.....68

Goue Genot.....68

Tien-minuut-poeding.....68

Maklike Tert.....69

Mikrogolf sjokoladekoek.....69

Tuisgemaakte "Cape Velvet".....69

Koue Sagopoeding.....70

Marshmallow Tert.....70

Ongekookte Vla.....70

Gemmerpotjiepoeding.....70

Heerlike pannekoek.....71

Gebakte piesangs.....71

Jogurttert.....72

Slaai/Nagereg.....72

Cremora tert.....72

Halwe pere met joghurt en roomkaas vulsel.....73

Ons hou daarvan om te gaan kampeer en soek gereeld na nuwe idees om kos voor te berei. Ek dag toe dat ek die eksperts vra, al daardie mense wat sulke lekker kos voorberei wanneer hulle gaan kamp. Ek vra toe in my nuusbriewe en ook op Danie se Eg Afrikaans webwerf en daar kom die resepte in, sommer hope van hulle. Baie dankie aan almal wat bygedra het asook vir Danie wat toestemming verleen het dat ek van die resepte op Eg Afrikaans kon gebruik, ek waardeer dit. Klik net op die skakels hier langsaan en gaan probeer van die resepte die volgende keer wanneer julle tent (of karavaan) opslaan. Ek het 'n paar mikrogolfresepte ook hier aangesien meeste karavane ook deesdae 'n mikrogolfoond in het.

Die voordeel van 'n eBoek is dat mens gereeld kan bylas, so die boek is nog lank nie klaar nie. So as julle 'n lekker resep het wat nie hier verskyn nie, stuur dit asseblief vir my en ek sit dit by wanneer ek weer opdateer.

As julle die resepteboek nuttig vind, teken asseblief in op my nuusbrief (skakel hieronder) en sommer op Danie se nuusbrief ook by www.egafrikaans.co.za Ek neem aan dat al die mense wat aan my resepte gestuur het die reg het om hulle te versprei en dat ek geregtig is om hulle hier te gebruik.

Ontbyt Resepte

Ontbyt 1: Engelse ontbyt (Roereiers en spek/worsies)

Eie keuse van spek en/of dun worsies (2 kg spek of worsies vir 20 mense.

Indien albei: 1.5 kg van elk vir 20 mense). Braai in skottelskaar, skep uit en gebruik vetterige skottelskaar vir roereier.

Roosterbrood of vars brood - 2 snye per persoon.

30 eiers

1 liter melk

5 teeleps mostertpoeier

sout & peper

Meng alles saam vir roereier en roerbraai laaste in skottelskaar, bedien dadelik.

- Anka Grobler

Ontbyt 2: Ham, kaas en tamatie roosterbroodjies

Maak hierdie vir die dae as julle haastig is en min skottelgoed wil hê. Geen panne, messe of vurke.

2-4 snye gesmeerde brood per persoon

Tamatie, dun skyfies

Ham skyfies, vars of geblik

Kaas, in skywe gesny

Uie, dun skyfies (opsioneel)

Maak toebroodjies en rooster.

Ontbyt 3: Maalvleis en pap (Cowboy-ontbyt)

4 kg maalvleis

4 gekapte uie

3 blikke 410g tamatie- en uiesmoor

3 blikke 410g gebakte boontjies in tamatiesous (opsioneel, anders 4 blikkies tamatiesmoor)

Kruie, speserye, sout, peper

Mieliemeel

Water

Sout

- Vir slap pap: kook water in pot. Maak meel en sout aan met koue water tot pasta. Voeg versigtig by kookwater en roer deurentyd. Bedek en laat prut stadig vir 30 minute.
- Braai uie in pot, verwyder en hou eenkant. Braai maalveis tot goudbruin.
- Voeg uie, tamatiesmoor, kruie en speserye by en laat kook vir 30 minute.

Ontbyt 4: Sunrise Surprise

Enkelporsie per persoon:

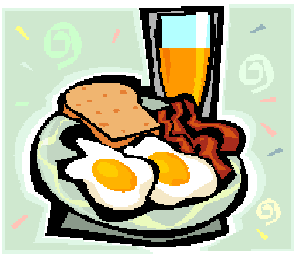
20 eiers

20 snye brood

20 snytjies ham of gaar repies spek (geblikte ham kan ook gebruik word)

20 snytjies tamatie (opsioneel)

20 snytjies kaas



Dubbelporsie per persoon:

40 eiers

40 snye brood

40 snytjies ham of gaar repies spek

40 snytjies tamatie (opsioneel)

40 snytjies kaas

- Druk holte uit elke sny brood met omgekeerde koppie. Braai een kant op gesmeerde skottelskaar. Keer om en hou in skottelskaar.
- Breek eier oop in holte. Bedek skottelskaar met foelie sodat eier kan gaar stoom.
- Draai om en bedek met ham/tamatie/kaas. Gereed sodra kaas begin smelt.

Ontbyt 5: French Toast

20 eiers

1 liter melk (verdun na goeddunke)

sout & peper

40 snye brood

Klits eier, melk en geur. Doop brood vinnig daarin en bak weerskante op skottelskaar. Bedien met die volgende: gerasperde kaas, konfyt/ stroop/ kaneelsuiker/ bovril.

Ontbyt 6: Boerbrakke

4 kg Boerewors

20 - 40 'Hot dog buns'

Blatjang, tamatiesous

Braai wors op skottelskaar en bedien met blatjang en tamatiesous op broodrolletjies. (Die broodrolletjies kan gevries word tot dit gebruik word - dit ontdooi binne 'n halfuur.)

Ontbyt 7: Vetkoek en kerriemaalvleis

4 kg brooddeeg, of maak jou eie:

20 koppies meel

500g - 750g botter / margarien

20 eetlepels suiker

10 eiers

5 teelepels koeksoda

sout

suur- of varsmelk om mee te meng

Meng droë bestandele, behalwe koeksoda. Frommel botter daarin. Meng koeksoda met bietjie melk tot pasta. Klits eiers en voeg koeksoda mengsel daarby. Knie goed deur, rol uit en sny in vierkante of sirkels en bak in diep olie.

3kg maalvleis

3 gekapte uie

3 blikke 410g tamatie- en uiesmoor

3 blikke 410g gemengde groente

kruie, sout, peper

Kerrie na smaak

Braai ui, skep uit. Braai maalvleis tot gaar en voeg res van bestandele en gaar ui by. Bedien saam met vetkoek. Hou ook die stroop/konfyt en kaas byderhand vir die laaste vetkoek om die ete mee af te sluit.

Sampioen Ontbyt Bakkie

GROOT bruin sampioene

Klein eiers

Repies spek – rek dit so lank as jy kan sonder om dit te breek

Speserye na smaak

- Neem groot bruin sampioene breek stingel dele af (pasop dat jy nie 'n gat deur reg deur maak nie)
- Neem 4 repie spek en maak 'n kruis vorm.
- Sit nou sampioen in die middel van die spek
- Neem 'n eier en gooi stadig in sampioen holte.
- Gooi spesery na smaak op
- Vou nou die sampioen met eier toe met die spek.
- Braai in 'n pan tot gaar.

- ***Liza van der Merwe***

Ontbyt pizza

Spek

Mushrooms

Ontbyt wors

12 Eiers

Kaas

- Braai die spek, mushrooms en ontbyt wors in 'n “Teflon” pan van ongeveer 43 cm in deursnee.
- As alles gaar is maak dit gelyk in die pan.
- Gooi nou die 12 geklitste eiers eweredig in die pan. Maak gaar oor lae hitte.
- Wanneer die eiers amper gaar is gooi gerasperde kaas bo-oor en los tot die Kaas gesmelt is.
- Sny in pizza skywe en bedien. (In hierdie pizza kan byna enige iets ingegooi wat verlang word)

- Jakes Jacobs

Vleisgeregte (Vis ook)

Kampkerriekos

500g boerewors, in skywe gesny
2 knoffelhuisies, gekneus
2 uie gekap
15ml kookolie
2ml rissiepoeier
15ml kerriepoeier
250ml vleisaftreksel
15ml tamatiepuree
30ml suurlemoensap
5ml sout
2ml vars gemaalde swartpeper
3 aartappels, in blokkies gesny
4 piesangs, in skywe gesny

- Rooster wors tot byna gaar. Hou eenkant warm.
- Soteer intussen knoffel en ui in verhitte kookolie. Voeg rissie- en kerriepoeier by en braai effens.
- Voeg verhitte vleisaftreksel, tamatiepuree, suur lemoensap, sout en peper by. Voeg aartappels en wors by en prut vir 20 minute. Voeg piesangs by, meng goed en verhit deeglik.
- Sit voor met gebotterde heelgraanbrood.

- Anna Eksteen

Bobby se Hoender

Peter Thomas - Die volgende dis het ons **Bobby se Hoender** genoem. Dit was 'n gunsteling van ons toe ons in Barclays bank se enkelkwartiere in Mahalapye, Botswana gebly het. Ek sien nou weer die resep op die Voetspore webwerf, dis basies dieselle as wat Bobby vir ons gemaak het. Die doel van 'n eenskottelhoender is om alles met eens klaar te maak.

- Braai 'n bietjie uie, en natuurlik knoffel. Sit ander speserye na smaak by. Bietjie rissies of kerrie kan nie pla nie.
- Bruin dan die hoender in die uie mengsel in 'n klein bietjie olyfolie.
- Sny aartappels in kleinerige stukkies, en voeg dit by. Sommer ook 'n koppie rys of twee, en genoeg water vir die rys.
- Sit nou die deksel op, en wag vir 'n uur of so tot alles saam gaar is. Hierdie is nou koningskos, ek het dit vir die eerste keer by Aardklop in Potch geproe en my mond water nog steeds as ek net daaraan dink! - Peter

Lewer in Netvet

1 Skaaplewer
'n Bietjie Fyngekapte Ui
1 Sny Witbrood in melk geweek
Kruie, asyn, Sout en peper na smaak

1 Eier
Omtrent ½ - ¾ lb Netvet

- Was en skraap die lewer goed fyn. Druk die brood fyn.
- Klits die eier op, voeg nou al die bestanddele by die lewer en meng goed. Gooi nou die mengsel in die netvet,vou nou mooi toe en steek vas met houtpennetjies.
- Bak in oond of braai in 'n pan, of nog beter braai oor die kole op 'n rooster.

'n Niertjie-ontbyt met 'n verskil

- Vir vier mense neem jy 12 skaap- of lamsniertjies wat in die helfte deur gesny is.
- As die wit nierpypies in die middel nog nie uitgehaal is nie, moet dit liefs doen- diere se binnegoed is vol allerhande opwindende geure, maar skaappiepie is beslis nie een daarvan nie.
- Maak 'n pan warm op die kole en gooi dan 1 groot eetlepel botter daarin.
- As die botter gesmelt het, braai jy die niertjies vir 3-4 minute in die pan. Nie te lank nie, anders verloor die niertjies daardie heerlike sappigheid van hulle.
- Gooi 'n glas rooiwyn in die pan saam met die niertjies, roer dit deur en haal die niertjies uit.
- Gooi 2 bakhande vol sampioene, in skyfies gesny, in die pan saam met die wyn. Kook vir 1 minuut. Vra intussen jou handlanger om die niertjies in skywe te sny.
- Gooi die skywe terug in die pan en roer die hele souserige spulletjie vir omtrent 'n minuut deur.
- Maar wie wil die niertjies so bloots eet vroeg in die môre? Skep dit saam met jou lekkerrr sous oor vars roosterbrood of roosterkoek wat pas van die kole af gekom het. Strooi varsgekapte pietersielie bo-oor - weer 'n bietjie groenigheid om daardie vlesetende gewete effens te sus.

- Jakes Jacobs

Mykonos Vis

1kg Kingklip, in blokkies gesny
1 Ui fyngekap
2 huisies knoffel fyngedruk
60ml olyfolie
4 tamaties, geskil en fyngekap
80ml droë wit wyn
15ml gekapte origanum of 2ml droë origanum
30ml gekapte vars pietersielie
sout en vars gemaalde swart peper
75g feta kaas, gekrummel

- Braai ui en knoffel in olie in gas skottel of braaipan.
- Voeg tamaties, wyn, origanum, pietersielie en sout en peper by.
- Laat bietjie kook tot dikkerige sous.
- Voeg vis by en laat kook net tot gaar.
- Strooi gekrummelde feta kaas bo-oor.
- Vis kan vervang word met garnale, kreef of krap.

- Susan Varnfield

Phyllis se Konkoksie

Ek noem die volgende sommer **Phyllis se Konkoksie!** Ek het iets lekker wat ek altyd maak as ek nie lus is vir braai nie en wil ook sommer n bietjie groente in kry. Ek het nie n spesifieke resep nie, ek pas dit aan na hoeveelhied mense en waarvoor ons lus is. Dis is maar soos n stirfry in n groot pan. - Phyllis Vorster

- Ek gebruik gewoonlik n 2 kg pak hoender. Sny die hoender in kleiner stukkies sprinkel met sout en peper . Ek gebruik nie speserye nie, wel vars kruie na smaak.
- Kook eenkant rys tot gaar . Moet lekker los wees. Ek was altyd my rys na dit so rukkie gekook het. Vir afwisseling gooi ek dan klappermelk by rys na smaak olie en rys speserye sout indien nodig en ekstra water indien nodig en stoom gaar.

1 kg gemengde groente

uie dun gesny

knoffel

kool dun gesny

sout

peper

sojasous

- Jy kan vars groente sny of gevriesde groente gebruik of dit meng Ek braai die hoender in die pan met bietjie olie tot gaar en hou eenkant.
- Braai nou die groente tot gaar maar nog krisp.
- Gooi nou gaar rys saam groente in pan en meng.
- Voeg nou die gaar hoender by en meng. Indien sout kort sprinkel met sojasous.
- Baie lekker saam met dit is "Soet Suur Braai sous" wat jy maar by die winkels koop. Die beste dat elke ou maar sy eie sous meng so na smaak. Dit is baie lekker en kom ver.
- Hierdie resep kan jy aanpas en kan baie interesant raak. Jy kan rys afwissel met bruinrys, pasta ens.
- Saam met die hoender kan jy ook ontbyt spek braai vir afwisseling.
- Maalvleis kan ook gebruik word. Vark en biefstuk werk ook baie goed.
- Ek sny gewoonlik die vark of biefstuk in langwerpige stukkies nie te dun en smal nie.

Marineer dit dan in die volgende:

Mieleblom gemeng met genoeg water en sojasous. Al die vleis moet bedek wees .

As jy dit dan braai bly die sousies in die vleis. Die vleis is dan ook baie sag en niks gaan verlore nie. Jy kan nou maar self gou vir jou 'n resep opstel

Tuna pasta gereg

Nog 'n kits, 1-pot pasta gereg vir 'n vinnige kamp-ete.

1 pak pasta

1 blik tuna

1 blik tamatie & uiesmoor

1 pakkie kits kaassous

Kook pasta gaar, dreineer en gooi terug in pot. Maak souspoeier aan met kookwater. Gooi kaassous, gedreineerde tuna en smoor by pasta in pot. Verhit gereg en bedien dadelik. 4 - 6 porsies.

Sosasties en broodrolletjies

Maklik en vinnig vir die eerste aand as almal moeg gery is en kamp opgeslaan moet word.

20 hoendersosasties

20 beessosaties

40 'Hot dog buns'

Braai sosaties en bedien op gesmeerde broodrolletjies.

Hooimied-ete

Hierdie ete is pret en die mense moet van alles in die regte volgorde skep:

1 kg rys - gaar gekook

2.5 kg maalvleis, gaar geroerbraai sonder sout of speserye

3 pakke Barbeque Frito's - effens fyngedruk

1 kg gerasperde cheddarkaas

2 pakke Chinese Chutney chips - effens fyngedruk

Slaai: 1 slaaikop (gekerf), 10 tamaties en 1 Engelse komkommer (albei in blokkies gesny)

Sous: 1 bottel 500g mayonnaise, ½ klein bottel Chilli & knoffelsous, 1 liter melk. Meng sous.

Elkeen skep vir homself in dié volgorde (pak die bakke so uit):

1. Rys
2. Maalvleis
3. Fritos
4. Kaas
5. Chutney Chips
6. Slaai
7. Sous

Potbrood en braaivleis

Braaivleis van jou keuse.

Potbrood:

2 kg Bruismeel

4 blikkies bier of 6 koppies longlife melk

2 pakkies bruin uie soppoeier of net sout

- Meng alles saam en sit in platboompotte. Bak vir 1 uur.
- Vir roosterkoek weergawe: Maak bolletjies, druk plat en rooster op foeliebedekte rooster vir 20 minute. Draai gereeld om.

- Braaivleis en potbrood of roosterkoek met soet konfyt is 'n heerlike kombinasie. Boksie slaai kan ook daarby voorgesit word, bv beet/kerrieboontjies.

Pasta a la Boere

Ons kamp byna elke naweek en beproef graag my resepte. Ek stuur die paar resepte wat ek al beproef het.

350 gram maalvleis

1 kleinerige ui, fyngekap

2 eetlepels olyfolie

250 ml droë witwyn

1 eetlepel botter

250 ml room - hoe dikker hoe beter

125 mg parmesan /cheddar

- Knie die vleis tot dit so los as moontlik is.
- Braai die ui in die olyfolie en botter tot dit so 'n goue kleur begin kry. Voeg nou jou maalvleis by en roer tot die vleis effe begin verkleur.
- Gooi nou die wyn by. Is dit nie die wonderlikste reuk in die wêreld nie? Kook die wyn af, terwyl daar elke dan en wan geroer word. Dit behoort sowat 10 minute te neem.
- Nou is dit tyd vir die room: voeg by en gee die pot 4 tot 6 draaie van die pepermeul. Maak die kole meer en kook totdat die room dikkerig begin raak.
- Haal af en gooi oor die pasta , soos conchiglie (skulpiepasta) of penne. Rond af met parmesan/cheddar. Heerlik

- Elsabe van Zyl

Chinese Braai

4 kg repies vleis (vark/bees/hoender)

4 kg 'Stir Fry' gevriesde groente

4 bottels 'Sweet & sour' sous en 1 bottel sojasous

sout en peper

5 koppies rys

Maak rys gaar in pot en roerbraai repies vleis en groente in skottelskaar. Bedien op rys en laat elkeen sous oorgooi volgens smaak.

Japtrap Ete

3 groot geskilde aartappels

1 ui fyn gekap

1 groenrissie fyngekap

olie

500 ml maalvleis

1 tamatie

2 ml neut

sout & peper

Kaassous:

15 ml margarien

250 ml melk

15 ml meel

250 ml kaas

30 ml sagte broodkrummels

- Sny aartappel in 1 cm skywe Ontvel tamatie & rasper
- Kook aartappelskywe to sag,Plaas in 'n bak
- Braai olie, uie & rissie & voeg maalvleis by
- Voeg tamatie, geurmiddels, sout & peper by
- Prut , Skep oor aartappels
- Gooi van die kaas in witsous en die res saam met die broodkrummels bo-oor vleis

- Danie - Egafrikaans

Worsgereg

- Ons vat gewoonlik 'n pakkie wors, wat in stukkies gesny word. Nie te fyn nie, lekker happie stukkies. Enige gemengde groente of pakke stirfry, hangaf van jou smaak. Gooi dit op daai groot panne wat op die gasstofie gesit kan word. Ek sny baie klein aartappel blokkies ook in, klein genoeg dat dit vinnig gaar word, anders sit jy met rou aartappels. (Behalwe as jy dit voor die tyd wil gaarmaak - Ons wil gewonlik so gou moontlik maak)
- Dan vat ek sommer 'n soppakkie, gewoonlik groente, en maak dit met kookwater aan, ek skat maar, so 'n koppie omtrent. En meng dit by. Ek voeg maar chutney en enige sous wat bietjie branderig is by, hangaf wat ons saamneem.
- Dan proe ek maar tot dit na my smaak lekker is. En dan natuurlik sout, peper, en speserye wat in die mandjie is.

- Tanja van Papendorp

Varkworsie-en-rysdis

560 ml water

310 ml rou witrys

5 ml sout

10 ml olie

25 g gerookte varkworsies

1 groen soetrissie, gekap

1 rooi soetrissie, gekap

2 klein knoffelhuisies, fyn gedruk

215 ml hoenderaftreksel

2 ml vars gemaalde swartpeper

3 klein uitjies, baie dun gesny

- Verhit 500 ml van die water tot kookpunt en voeg die rys en sout by.

- Kook tot gaar, dreineer en stoom vir 10 minute. Hou eenkant. Terwyl die rys kook, verhit die olie in 'n swaarboompot en braai die wors daarin tot goudbruin en gaar. Skep uit en laat effens afkoel. Sny dan in bytgrootte stukkies. Braai die soetrissies in dieselfde pot tot sag.
- Skep die wors terug, voeg die knoffel by en braai vir 'n paar minute tot geurig. Voeg die aftreksel, swartpeper, uitjies en res van die water by en verhit tot kookpunt. Laat prut tot die vloeistof amper afgekook is en 'n geurige sous in die pot vorm. Voeg die rys by en meng deur. Sit warm voor. Genoeg vir ses mense

- Anka Grobler

Pasta la Nicola

My **"Pasta la Nicola"** was nog altyd 'n wenner - Nic Zwarts

500g Penne pasta

500g Hoender lewer

250 ml lemoensap

500ml melk

30g meelblom

30g margarine

Sout en peper na smaak

Hoender kruie en speserye

250ml vars room (Opsioneel)

- Maak hoender lewer bietjie skoon (daar is soms nog galbuisies in die bevrore lewertjies)
- Verbruin die lewer in 'n bietjie olie en kook dan in lemoensap met kruie, speserye, sout en peper.
- Kook oor lae tot matige hitte totdat lewer gaar is en omtrent driekwart van vloeistof weg gekook het.
- Maak witsous van melk, meelblom en margarine: verhit meelblom en margarine tot sagte balletjie en voeg dan melk by. Roer totdat mengsel op gelos is en daar geen klonte in is nie. Die sous word dik as dit naby kookpunt kom.
- Kook pasta volgens aanwysings.
- Roer Witsous en room in lewerpot in en skep oor pasta.
- Genoeg vir 3 -4 mense. Smaaklike ete!

Boeliebeef en pap

Ons gaan kamp gereeld en dan maak ons die volgende.

1 blik boeliebeef

1 blik tamaties – gesny

1 ui

2 aartappels fyn gesny

- Kook vir 'n paar minute tot die boeliebeef fyn is en die uie en aartappels gaar.
- Maak 'n potjie pap en eet dan die boeliebeef mengsel bo-oor.

- Bernadet Botes

Maalvleis in kombersies

750ml olie

210ml koekmeelblom

knippie sout

8ml bakpoeier

1 groot eier geklop

80ml elk - melk en water, geklop

een derde basiese maalvleismengsel

- Verhit olie in 'n diep kastrol. Sif meel, sout en bakpoeier saam. Voeg melkmengsel by en klop tot glad.
- Vorm klein, plat koekies van die vleis, doop dit in die beslag en braai bolletjies twee minute aan 'n kant in die warm olie of tot goudbruin. Dreineer op kombuispapier.

- Nonnie Erasmus

Paelle a la Nonnie

4 Gaar Hoenderborsies gevlok

2 Porsies Stokvis in blokkies gesny

1pk Seekosmengsel (Marinara)

750ml Gaar Geelrys

1 Ui in ringe gesny

3 Knoffelhuisies fyngedruk

1 Groen soetrissie in repe gesny

1 Groot ryp Tamatie in blokkies gesny

250ml Bevrore Ertjies

5ml Droë origanum

1pk Tamatiepasta

1tl Kerrie

Sout en Peper

Paar druppels Tabascosous

- Berei in skottelskaar
- Soteer uie, knoffel, kerrie en soetrissie in olie tot sag.
- Voeg tamatie, stokvis en seekosmengsel by en prut tot sag.
- Voeg hoender, tamatiepasta en ertjies by en roerbraai tot warm.
- Voeg res van bestandele by en roerbraai tot alles warm is.
- Genoeg vir 6 - 8 persone.
- Wenk: 250ml rou rys lewer 500ml gaar rys.

- Nonnie Erasmus

Smullekker beesstert

Die beesstert word in 'n drukkoker gaargemaak om tyd te bespaar.

1,25kg beesstert

4 - 6 aartappels (geskil en gehalveer)

2 uie

½ koppie gerasperde wortel (opsioneel)

Omtrent 250ml water

15ml margarine

10ml kerriepoeier

3ml sout & peper na smaak

60ml asyn

30ml blatjang

30ml tamatiesous

30ml heuning

Om die sous te maak

- Meng die sout, peper, kerriepoeier, asyn, blatjang, tamatiesous, en heuning in 'n bak en hou eenkant tot benodig.

Gaarmaak

- Braai beestert en uie in margarine tot bruin.
- Voeg water by en drukkook vir omtrent een uur
- Voeg artappels & wortels by vleis
- Voeg die sous by die vleis
- Drukkook nog 15 minute
- Haal deksel af en prut vir nog 20 minute – die sous behoort nou al so lekker dik en bruinerig te wees by die vleis.
- Bogenoemde kan ook gebak word in 'n swart ysterpot in die oond of selfs op die vuur.
- Beide die volgende gaarmaak metodes verg baie tyd. Dit is ideaal as jy ander dinge wil doen want jou vleis is in die oond besig om gaar te word en jy kan solank aangaan met die dinge wat jy moet doen. Jy kan so teen 11 uur in die oggend begin en teen skemer is die beesstert heerlik sag en sappig – reg om te eet!
- As jy die voorreg het om in die bos op op vakansie te wees, stel net iemand aan om die kole dop te hou en teen 'n konstante lae hitte te laat voortgaan, terwyl jy miskien 'n draai gaan ry of iets dergeliks. Moet net nie dat die vleis aanbrand nie.
- **In die oond** – Nadat jy die vleis en uie effens bruin gebraai het, voeg bietjie water by in die ysterpot en bak die vleis op 'n lae hitte vir omtrent 5 ure. Dit moet warm genoeg wees dat die vleis gaar en sag word maar nie so warm dat die vleis in die pot aanbrand nie. Die vleis moet baie stadig gaar word sodat dit lekker sag is. Plaas dan die aartappel, wortels en sous by, maak die deksel toe en bak op dieselfde stadige hitte vir nog omtrent een uur. Bak dan met lae hitte verder vir omtrent 15 minute met die deksel af.
- **Op die vuur** – Braai die beesstert effens bruin in klein bietjie olie in die driepoot ysterpotjie, maak die deksel toe en laat die pot op die medium kole staan (hoog genoeg van die kole af sodat dit nie kan aanbrand nie. Sit van tyd tot tyd 'n paar kole bo op die deksel sodat daar hitte van bo af ook kan wees. Na omtrent 5 tot ses ure, sit die aartappels, wortels en sous by. Laat staan op die kole (met die deksel op) vir omtrent nog een uur – jy kan weer 'n paar kole op die deksel plaas. Kook dan vir so 15 minute sonder die deksel.
- Die belangrike ding van die gereg is dat die vleis sag moet wees en amper van die bene afval, sonder dat dit aangebrand het.

- Gerda de Swardt

Rump Steak Flambé

As jy vir meer as twee persone moet kosmaak, gebruik meer as een pan en 'n helper of twee want jy gaan bontstaan.

Een Goed rypgemaakte Rump steak of T-Bone steak – hang ook af van hoeveel mense gaan saam eet dan maak jy maar meer - soveel sodat almal genoeg kan eet

Uie – in klein blokkies gesny

Knoffel – omtrent soveel soos jou vroutjie se hand vol

Extra Virgin Olyf-olie

Sout

Peper

Dijon Mostert

Appelkooskonfyt

Brandewyn of Rum

Mash potatoes oftewel Kapok-aartappels

Groente na jou keuse

- Onthou om eers jou mash en groente gereed te kry want hierdie is 'n vinnige dis. Jy kan liewers voor die tyd vir jou en jou gaste so 'n koue enetjie ingooi as terwyl jy besig is met die dis, want dis kophou en vinnig gaarmaak. Ek sê net weer, pasop vir die mense wat ook 'n Dikkes in hulle vriendekring het, want hy gaan inseil in daai brandewyn of rum. Sorg dus dat jy so 'n botteltjie wegsteek om die steak mee te flambé.
- Nou ja, kom ons begin. Neem 'n lekker groot pan want jy gaan mos 'n bul van 'n steak gaarmaak. As jy dit op die kole wil maak moet jou vuur al aangesteek wees en die kole moet reg wees, lekker warm. Die pan moet op 'n stander of rooster geplaas word so entjie bo die kole. Moet nou net nie 'n pan gaan staan en gebruik wat 'n plastiek handvatsel of iets dergelikes het nie, want dit gaan smelt. Gebruik 'n pan wat vir die buitelug gemaak is. Op die oondplaat is dit maklik. Sit die plaat net op warm.
- Gooi bietjie olyf-olie in die pan, gooi die knoffel en uie in en sautee dit.
- Onthou dat die geheim is om nie die knoffel en uie toe te laat om te donker te kleur nie, want dit gaan bitter word. Dit moet so 'n goue kleur kry, dan is dit reg.
- Neem nou die steak en gooi dit ook in die pan. Gooi onmiddellik die rum of brandewyn by - nie te veel nie – dit moet omtrent so 'n derde van die steak toemaak van onder af. Steek dit aan die brand. 'n Maklike manier is om die pan so bietjie skuins te hou en dan die brandewyn of rum aan die brand te steek. Laat dit vir omtrent 30 sekondes brand, draai dan die steak om en brand weer vir omtrent 30 sekondes. Haal die pan af, neem die steak uit en smeer met 'n bietjie Dijon mostert en appelkooskonfyt aan beide kante. Plaas dan die steak weer terug in die pan, sit die pan weer op die warm plaat of warm kole en braai vir omtrent 3 minute aan beide kante vir medium rare – afhangende van hoe jy jou steak wil gaar hê, kan jy dit langer braai.
- Haal die pan af en skep die steak op saam met jou mash en groente. As jy wil gooi bietjie sout en peper op die steak – dis jou keuse. Die knoffel, uie en brandewyn of rumsous wat in die pan oorbly, gooi jy op jou steak en mash.
- Jy kan natuurlik die steak eet saam met wat jy wil, so as jy aartappleskyfies of gekookte aartappel wil maak, doen so, sorg net dat dit bykans reg is wanneer jy met die steak begin want dit gaan vinnig.
- Die kombinasie van geure laat jou mond sommer water as dit so braai en as jy eet, kan jy al die lekker bestanddele proe.

- Gerda de Swardt

Potjiekos

Potjiekos bly maar die koning van kampeerdisse, almal kan vir ure lekker gesellig om die potjie sit

Hier is 'n heerlike hoenderpot resep. Dit is baie lekker.Veral om die kampvuurtjie. Ek en my man is self baie lief vir kamp en die pot bly 'n wenner.

Liplekker Hoenderpot

250 ml vars room

2/3 groot uie

1pk hoender (1kg pak)

8 med aartappels

500g gemengde groente pak

500ml lemoensap

1pk honey & mustardsous (cook-in-sauce)

- Braai uie tot bruin,voeg hoender by en braai tot ligbruin.
- Voeg aartappels, groente en bietjie water by. Voeg sap en room by. Voeg soos laaste by.
- Laat oor matige hitte prut.

Tamatie Bredie

Hierdie is 'n tradisionele Suid-Afrikaanse resep.

25 ml botter of margarien

2 groot uie, gekap

1 knoffelhuisie, gekneus

1.5 kg lamsvleis of skaapvleis in blokkies gesny

10 ml sout

bietjie aftreksel, water of wyn

500 g aartappels in skywe gesny

1 kg medium tamaties, geskil en gekap

5 ml witsuiker

2 ml gedroogde tiemie

5 ml gekapte vars marjolein (marjoram)

- Verhit die botter in 'n pan eb braai die uie en knoffel vir omtrent 5 minute of tot die uie deuskenend is. Voeg vleis by en braai vinnig tot bruin aan alle kante. Voeg sout, peper en bietjie van die aftreksel, water of wyn by en prut, bedek, vir 90 tot 120 minute of tot die vleis begin sag word.
- Voeg die aartappels, tamaties, suiker, tiemie en marjolein by en kook vir nog 'n uur.
- Bedien met rys.

- Alida Fourie

Ontbyt potjie

Oorskiet braaivleis in blokkies gesny

Uie

Blikkie tamatie smoor

Maalvleis

Gesnipperde bacon

Groenrissie

Sampioene

Klein blikkie boontjies in tamatiesous

Eiers

Kaas

Sommer enigiets waarvan jy hou

Braai uie, groen rissie,sampioene. Voeg vleis daarby en braai. Voeg tamatiesmoor en boontjies (baked beans) by en laat prut.Geur met sout, peper,speserye .Breek eiers bo-op en sit deksel op om gaar te word .Rasper kaas bo-oor en as dit gesmelt is,dien op op 'n broodjie of enige oorskiet stysel .Wat ookal byderhand is. Sodoende word die oorskiet braaivleis nie gemors nie en enige kombinasie van bestandele kan gebruik word .Basies enigiets waarvan jy hou .

- Andri Ford

Blikpotjie

1 x groot blik ingelegde iets.

Sny blik oop, maar nie heeltemal nie, sodat die deksel weer kan terugvou as bedekking wanneer kos op vuur gesit word.

Gooi inhoud uit en hou of eet soos verkies.

Plaas in leë blik:

1/3 koppie rys.

1 koppie water

1/2 fyngesnyde ui.

1 klein aartappel, in blokkies gesny (opsioneel)

1/2 koppie gekerfde groente (wortels) (opsioneel)

sout.

100 gram maalvleis/ bully beef (fyn opgesny)

Plaas blik op vuur en kook totdat rys gaar is.

Voeg water by indien nodig. Roer indien nodig. 1 Groot maaltyd vir 1 - 2 mense. ***– Annette***

Arm man se potjie

Skaappotjie

4 - 5 kg skaapnek/skaapskenkels

4 uie of 20 klein uitjies

vars groente in blokkies gesny: butternut, baby marrow, wortel, baba geel pampoentjies, baba aartappels, sampioene

Sous:

5 pakkies soppoeier (chilli beef of bruin uiesop in 3 liter water)

8 teelepels kerrie (of na smaak)

1 bottel chutney

knoffelvlokkies

ander kruie en speserye na smaak

- Braai ui in biejtie olie in pot en verwyder. Braai vleis tot bruin.
- Voeg warm water by en prut vir 1 uur. Hou dop dat dit nie droogkook nie.
- Voeg aartappel en wortel by, prut 'n halfuur, voeg res van groente by en prut nog 'n halfuur.
- Maak sous aan en voeg by, laat prut nog 20 minute. Kook solank die rys gaar.

5 koppies rys

Biltongpot

Ook 'n baie vinnige en heerlike gereg en niks hoef ontdooi te word nie... hoop die biltong is nog nie opgeëet nie!

6 Uie, gekerf

5 Pakke 250g sampioene of 5 blikke 410g geroomde sampioene

1 kg Biltong

5 Blikke pitmielies of geroomde 'sweet corn'

5 Pak noedels (gaargemaak)

2 Green peppers, in repies gesny

5 pakkies witsous of kaassous, word met kookwater aangemaak (5 boksies langlewe room kan ook gebruik word ipv sous)

5 koppies gerasperde cheddarkaas (opsioneel as jou kaas al op is)

- Braai uie en sampioene. Voeg green pepper, mielies en biltong by. Voeg gaargemaakte noedels by. Gooi sous of room oor. Plaas laaste die kaas boop.
- Hou pot op stadige kole totdat die kaas gesmelt het.
- Die ander stuk raad is om nie te veel met die bestanddele in die pot te vroetel nie, anders sit jy met 'n pappery. Vleis kook eers sag, dan kom die groente in lae by. Dan een vinnige roersel voor opskep oor rys of stampmielies.
- Maar kom ons kom by die kos uit. (Alle resepte is vir die nommer 3-driepootpot en min of meer genoeg vir ses mense. Onthou dat die pot nooit meer as driekwart vol kos moet wees nie anders gaan daar nie genoeg stoom opbou om als te laat kook nie.)

Beesstertpot

Ryk, vleiserig en lymerig. Dit neem lekker lank neem om te berei en gee jou die ideale geleentheid om agter te kom waaroor potjiekos eintlik gaan.

3 e kookolie

1 beesstert, in litte gesny

1 gekapte ui

2 fyngekapte knoffelhuisies

500 ml droë rooi wyn (onthou, as dit nie goed genoeg is om te drink nie, kook jy nie daarmee nie)

2 lourierblare

2 teelepels sout

1 e gedroogde roosmaryn

1 e gedroogde pietersielie

'n paar draaie van die swart peperpot

6 middelslag-wortels, geskil

4 selderystingels met blare, in stukke gesny

3 bakhande vol vars of bevrore ertjies

- Goed, nou kry jy jou pot lekker warm langs die vuur of met 'n paar vlammende kole onder hom. As jy 'n paar druppels wyn ingooi en hy sis duidelik, is die pot warm. Met die warm kole onder, gooi jou olie in en braai die beesstert bruin.
- Gooi dan jou uie by en roer die hele spul totdat die uie deurskynend is. Plaas pot nou weg van vuur met net genoeg kole onder sy pote om hom warm te hou. Gooi alles behalwe wortel, seldery en ertjies by.
- Nou is dit tyd om jou potbeheer te toets, want nou gaan die deksel op die pot geplaas word en hy gaan vir minstens vier tot vyf uur so staan. Hou jou oor naby die pot. Borrel als, is die kole te warm - krap weg.
- Jy behoort net so 'n gerusstellende borrelgeprut te hoor en jy moet "een duisend, twee duisend" stadig tussen elke borrel kan hoor. Jy mág af en toe die deksel oplig om te sien hoe sake staan en als 'n beheerste roer te gee.
- Ná drie uur behoort die vleis te begin sag raak, maar moenie huiwer om deur te druk na vier uur se kant toe nie. Kyk heeltyd dat jou kole nog warm is. So 20 tot 30 minute voordat jou vleis sy gewenste sagtheid bereik, lig jy die deksel. Die geur behoort jou om te slaan.
- Nou pak jy jou wortels, seldery en ertjies bo op die beesstert, sit weer die deksel op. Moet nou verder niks roer nie en haal die pot af wanneer die wortels sag is.

Wenk: Daar gaan 'n lekker sousie wees, maar party mense hou van 'n dik sous. In daardie geval gooi jy twee tot drie hande broodkrummels by of 'n halwe pakkie uiesop. Dit werk wonderlik. Sit voor met rys of stampmielies.

Hoender in Bier

2 e botter

1 e kookolie

125 g spek, in blokkies gesny

2 gekapte uie

2 gekapte knoffelhuisies

1 gekapte wortel

1 gekapte selderystingel

1 hoender, in porsies gesny

1 t origanum

1 t sout

'n paar draaie van die swartpeperpot

1 blikkie bier

3 bakhande knopiesampioene

1 stewige hand vol gekapte vars pietersielie

Maak jou pot warm soos hierbo verduidelik. Voeg botter en olie by.

- Braai spek in pot tot dit so lekker bruinerig bros is, haal uit en hou eenkant. Braai ui, knoffel, wortel en seldery oor die hitte, skep uit en hou eenkant.
- Braai hoender tot lekker bruin. Plaas pot op koeler kole wat die hitte vir die res van die kookproses gaan verskaf.
- Gooi jou spek, uie, seldery, wortel en knoffel terug in pot saam met origanum, sout en peper.
- Gooi bier uit oor die bestanddele, sit deksel op en sorg dat jou waaksame prutproses begin.
- Loer kort-kort, maar moenie roer nie. Jou hoender hoort binne anderhalfuur reg te wees om van die been te val. Voeg sampioene en pietersielie by, laat prut vir nog 15 minute, en siedaar! (Verdik die sous as jy wil.)

Visblitzpot

Hier word 'n ander tegniek ingespan, naamlik meer hitte en minder tyd. Die resep is afkomstig van een van die talle weergawes van die Franse se vissop/bredie bekend as bouillabaisse, maar smaak lekkerder langs 'n stuk Suid Afrikaanse kus as in enige Europese kafee.

2 fyngekapte uie

1 kg tot 1,2 kg vars ferm vis (geelbek, koningklip, geelstert, kabeljou), sny in stukkies wat net mooi 'n eetlepel gaan vol lê

4 fyngekapte knoffelhuisies

3 blikke tamaties, in fyn stukkies gesny

¾ k olyfolie

1 t gedroogde vinkel

skil van halwe lemoen, verkieslik drooggebak in die son, in klein stukkies gesny

hand vol vars, gekapte pietersielie

2 knippies saffraan

- Kry jou pot, vuur en gaste in orde, want dié gereg is binne 20 minute gereed. Maak pot lekker warm, gooi 'n leksel van die olyfolie in die warm pot en braai jou uie tot hul deurskynend is.
- Plaas pot nou op 'n goeie hoop warm kole en, glo dit of nie, gooi al die bestanddele behalwe pietersielie en saffraan in die pot.
- Roer vinnig deur, want die olyfolie is die bindmiddel waarin alles gaan kook - geen wyn of suurlemoensap wat die olie se effek gaan breek nie.
- Wanneer die pot goed begin borrel, plaas jy die deksel op, gee dit 12 tot 15 minute, sprinkel pietersielie en saffraan oor als en skep in sopborde.
- Lekker met rys, maar veral lekker op dik snye roosterbrood.

- Amanda Prinsloo

Biltong potjie

(10 mense)

3 uie gekap

1 gekapte rooipeper

1 gekapte groenpeper

1 blik pynappels

1 'tastic savory rice'

1 kg rou rys

1 pakkie 'spice up your rice'

1 blik pitmielies

500 g gekerfde biltong

1 pakkie klein knoppie sampoeine

1 blik wortel blokkies\ringetjies

250 g gerasperde kaas

- Braai uie, rooi- en groenpepper. Meng rys met savory rice en spice up your rice.
- Meng met 2 lt water en gooi rou in die pot. Prut rys tot sag en gaar.

- Voeg pitmielies, wortels en pynappel in. Sous van pynappel kan ook in die pot. Kook vir 20 min en voeg sampioene in. nog 15 min kook dan gaar.
- Wanneer rys sag is laaste net voor opskep roer die biltong in en gooi gerasperde kaas bo-op die rysmengsel.
- Deksel terug vir 5 min net vir kaas om te smelt. Skep dadelik op en geniet.

Cowboy-pot

Hier is ons Cowboy-pot resep. Ons laat dit sommer in die jongspan se hande om pot te maak as ons ouer garde wil ontspan! Sien uit na die resepteboek **- *Seroleen Warricker***

30ml (2 eetlepel) Botter

30ml olyfolie

2 uie, grof gekap

500gram maalvleis

2 pakkies bacon gesnipper

10ml (2 teelepel) gekapte knoffel

50ml brandewyn

10ml Aromat

5ml swartpeper gemaal

10ml gedroogde origanum

2 x 410g boontjies in tamatiesous

410gram gekapte tamaties met origanum en basielkruid.

125ml vars gekapte pietersielie (of halwe teelepel gedroog)

- Verhit die botter en olyfolie in 'n ysterpot oor warm kole en soteer die uie tot glansend.
- Voeg die vleis by en roerbraai dit 3 minute lank.
- Voeg die knoffel, brandewyn en geurmiddels by en roer dit deur.
- Keer die blikke boontjies en tamaties bo-oor uit en meng dit deur.
- Sit die deksel op en verhit dit tot kookpunt oor matige kole. Strooi die pietersie oor en bedien!

Seekos-Potjie

Braai 2 uie saam met 'n halwe potjie garlic. (my keuse - kan verminder word)

Gooi 1 pak sampioene by en braai.

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

Roer by 250ml vars room en 1 pakkie wit uiesop.

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. 2 pakke 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.

Rooibokpotjie

1 kg rooibokvleis in blokkies gesny

4 geelwortels, in skyfies gesny

2 knoffelhuisies, fyn gedruk

250 g spekvleis, gekap

6 aartappels, in skywe gesny.

125 ml olie

2 uie, in skywe gesny

10 ml gekapte tiemie

500 ml port of droë rooiwyn

- 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

60 ml fyn appelkooskonfyt

12.5 ml koeksoda

500 ml koekmeelblom (gesif)

knypie sout

100 ml melk

750 ml kookwater

250 ml suiker

5 ml vanieljegeursel

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 hopies 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 mense

50 ml olie

25 ml botter

3 groot uie (gekap)

12 lamsniertjies (middeldeur gesny, vliese en kerns verwyder)

50 ml koekmeelblom

5 ml sout

varsgemaalde swartpeper

12.5 ml tamatiepasta

200 ml hoenderaftreksel

50 ml droë wit wyn

8 varkworsies middeldeur gesny

200 g sampieone

50 ml brandewyn

12.5 ml gekapte pietersielie

- 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 skaappens (goed skoongeskraap)

water om in te kook

250 ml halfsoet wit wyn

sap van 1/2 suurlemoen

sout en varsgemaalde swartpeper

1 skaapnek

6 groot uie (gekap)

12 klein aartappeltjies

25 ml matige sterk kerriepoeier

2 ml rissiepoeier

10 ml donkerbruin suiker

asyn om mee aan te maak

250 g droëperskes

- 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 3-4 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, rissiepoeier 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 2 kg skaapskenkels

'n halwe groen soetrissie, gekap 1 groot ui, gekap

2 knoffelhuisies, gekneus 6 swoerdlose spekrepe, gekap

2 middelslag tamaties, gekap 2 biefekstrakblokkies

sout en swartpeper na smaak 250 ml witwyn

250 ml kookwater 5 wortels, geskil, in skywe gesny

12 klein aartappeltjies, gewas 5 murgpampoentjies, in skywe

400 g sampioene.

- 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 Rooooi Hoenderpotjie

Gebruik 'n nomber 3 Potjie.

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

Fyn Sout

Growwe Swart Peper

Koekmeel om stukkies 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

Worchestersous (20ml) Mrs.Balls Handelmerk

Tabascosous (2ml)

Asyn (50ml)

Suiker (50ml)

Mostertpoeier (5ml)

Paprika (15ml) Robertson Handelmerk

Water (125ml)

- Voeg alles bymekaar is 'n bottel (1 liter plasties Coke bottel) en meng goed deur die bottel te skud.

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 11.: Een pakkie "button" sampioene na smaak vir die laaste 45 minute

Stap 12.: Voeg klaargekookte rys by so 10 minute voor opskep, en laat die sous deurkook. Die pot loop so 2 1/2 uur.

Stap 13.: Kry vroulief om die aartappels te toets of dit gaar is en vra haar sommer na die sout inhoud. Die verskillende handelsmerke wat aangetoon word werk volgens my die beste om die smaak uit te bring.

Stap 14.: Skep op en geniet die Rooi Hoender.

Ek het nog nooit iemand gekry wat nie van die potjie gehou het nie. Almal maak die resep sy eie.

Hoender-biltong-en-spekpotjie

Sous

2 hoenderaftrekselblokkies

250 ml (1 k) kookwater

500 ml (2 k) droë witwyn

250 ml (1 k) blatjang

46 g sampioensoppoeier (1 pakkie)

5 ml (1 t) gedroogde tiemie

5 ml (1 t) gemengde gedroogde kruie

5 ml (1 t) suurlemoenpeper

Hoendergereg

15 ml (1 e) olyfolie

15 ml (1 e) botter

12 hoenderdye, ontvel indien verkies

250 g spekvleis, gekap (1 pakkie)

50 ml Brandewyn

10 ml (2 t) gekapte knoffel - opsioneel

2 uie, in ringe gesny

1/2 groen soetrissie, grof gekap

1 seldrystringel, in dun ringe gesny

20 klein aartappeltjies, geskil

4 wortels, skyfies gesny

12 klein uitjies, heel

250 g knopiesampioene

8 murgpampoentjies, in dik skywe gesny

150g klam beesbiltong, gekerf

250 ml (1 k) gerasperde Cheddarkaas

125 ml (1/2 k) vars, gekapte pietersielle

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.

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 die uie, soetrissie en seldery oor die hoender en plaas daarna die aartappel en wortels bo-op.
- Giet die sous oor. Plaas die deksel op en laat dit 1 uur lank prut. Voeg kookwater by indien nodig.
- Bedek dit en laat prut dit 20 minutes lank. Roer dit net voor bediening en strooi pietersielie oor.

Brood ens.

Of dit nou potbrood, asbrood of vetkoek is, dit bly 'n noodsaalkike bykos!

Asbrood

750 ml bruisbroodmeel

25- ml witbroodmeel

10 ml bakpoeier

2.5 ml sout

500 ml karringmelk

- Meng droë bestanddele en maak aan met karringmelk.
- Druk deeg plat (ongeveer 3 cm dik) op 'n groot stuk aluminiumfoelie.
- Vou dig toe in foelie maar laat ruimte om te rys.
- Plaas op half uitgebrande kole en gooi toe met oorblywende kole.
- Bak ongeveer 45 minute.

Souskluitjies in 'n Ysterpot

125 g botter of margarien

60 ml fyn appelkooskonfyt

12.5 ml koeksoda

500 ml koekmeelblom (gesif)

knypie sout

100 ml melk

750 ml kookwater

250 ml suiker

5 ml vanieljegeursel

klontjie botter (ekstra)

- Smelt botter en roer dan eerskonfyt 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 hopies nie opmekaar lê nie.
- Sit deksel op en prut vir 25 minute lank.
- Bedien warm, stip met botter.

Potbrood

15 ml heuning

700 ml warm water

1 kg broodmeel

10 g droë gis 10 ml sout

15 ml olie

- Meng die heuning en 250 ml water. Sif die broodmeel, gis en sout saam.
- Maak 'n holte in die middel van die bestanddele en voeg die heuningwater by. Knie deeglik.
- Voeg die res van die warm water by terwyl geknie word. Voeg die olie by en knie tot elasties.
- Smeer met olie en laat om te rys. Knie die deeg af. Smeer 'n swart gietyster pot met olie. Plaas die deeg in die pot en laat rys.
- Plaas die pot in kole en sorg dat die kole reg om die pot is. Bedek en laat sowat 30 min ute bak.
- Pak die kole op die deksel en laat nog 15 minute bak. Sit warm voor met botter.

Potbrood

- Ek vat partykeer sommer kortpad as daar 'n Spar naby is en gaan koop dan 'n kilogram deeg daar.
- Ek voeg dan my eie byvoegsels by, soos, fyn gerasperde biltong, of kaas en uie of wat ookal.
- Dan spuit ek 'n platboompot met Spray n Cook, strooi bietjie mieliemeel oor die bodem, dan 'n vel waspapier, alles om te keer dat die brood nie brand nie.
- Dan breek ek die deeg in balletjies en rangskik die balletjies onder in die pot, dit laat die brood maklik breek as dit gaar is.
- Dan plaas ek die pot op 5 houtskool brikette wat net mooi grys gebrand het, sit die deksel op en plaas 5 meer brikette op die deksel, dan los ek die spul vir so 50 minute voor ek loer en toets of dit gaar is.
- As die kors bietjie bleek lyk plaas ek die deksel terug en sit nog brikette op vir so tien minute, dan behoort dit reg te wees!

Bobaas bierbrood

500 g koekmeel

5 ml sout

340 ml bier

1 pak bruin uie-sop

- Voorverhit die oond tot 180º C. Spuit 'n broodpan met kleefwerende middel. Sif die bruismeel en sout saam.
- Voeg die bier by en meng goed. Skep in die bereide pan en bak sowat 1 uur lank.
- Laat afkoel en keer uit.

Variasies:

 # Spekvleis-bier-brood:

250 g spekvleis, fyn gekap

1 groen soetrissie, grof gekap en gesoteer tot sag

1 ui, fyn gekap en gesoteer tot sag

 # Mielie-bier-brood:

410 g heel pitmielies, gedreineer

100 g gerasperde kaas

 # Knoffel-bier-potbrood:

9 vars gekneusde knoffelhuisies, fyn gedruk

50 ml pietersielie, fyn gekap

Voeg die variasies se bestanddele by die basiese resep en bak soos deur die basiese resep beskryf.

Vetkoekies

375ml ongesif afgemeet koekmeelblom

15ml bakpoeier

10ml suiker

5ml sout

500ml gaar koue rys

410g (1 blik) geroomde suikermielies

125ml melk

1 eier

kookolie vir vlak braai

- Sif die koekmeelblom, bakpoeier, suiker en sout saam.
- Vou die rys en suikermielies in die gesifte bestanddele in.
- Klits die melk en eier saam tot gemeng.
- Voeg dit by die meelmengsel en maak aan tot 'n sagte deeg.
- Skep eetlepelsvol deeg in matig warm kookolie.
- Braai die vetkoek eers aan die een kant tot goudbruin: dit moenie te vinnig braai nie.
- Dreineer die gaar vetkoeke op kombuispapier en sit warm voor. Heerlik saam met stroop of heuning.

Mieliebrood in 'n potjie op die vuur

500g bruismeel

1/2 teelepel sout

1 koppie melk

2 eiers

1 blikkie geroomde suikermielies 410g

Bietjie pietersielie en paprika vir versiering

- Vryf jou platboom potjie goed in met bietjie olie (deksel ook). Meng al die bestandele saam en stoom dit stadig oor lae hitte (omtrent 'n uur).

- Dis ook lekker om bietjie kaas, spek en gebraaide uie in te roer.

Potbrood wiele

Hierdie potbrood wiele word gemaak van gekoopte brooddeeg wat per kg by die meeste winkels se bakkerye beskikbaar is:

1 kg brooddeeg

tamatiepuree na smaak OF blikkie tamatie & uiesmoor

1 pakkie bruinuiesoppoeier

knoffel

1 blikkie mossels OF weense worsies (in skyfies gesny) OF gebraaide

spekvleis

gerasperde cheddarkaas

250ml room

Rol deeg in reghoek en smeer tamatie oor.

Sprinkel soppoeier en knoffel oor.

Versprei vleis van jou keuse (mossels of worsies of spek) en kaas oor en rol dit op soos 'n rolkoek.

Sny in skywe, plaas in gesmeerde oondpan, gooi room oor en bak vir 45 min teen 180°C. of

plaas in swart platboompot en bak in buite-oond (gat in grond met kole om of op 'n rooster met 'n omgekeerde appelboks oorgetrek met foelie).

Tameletjiebrood

Volgende keer as jy braai probeer gerus hierdie van my ***- Nardus van der Merwe***

1kg klaargekniede deeg (Koop sommer by die shoppie)

Koppie Karamelsuiker

Houer Room

- Meng room en suiker en kook tot suiker gesmelt is.
- Maak deeg in bolletjies en pak in swartpot.
- Gooi gekookte sous bo-oor en laat stadig bak tot gaar.
- Jy vreet jou vingers af.

Kaas en Bier Potbrood

Meng sommer in 3 poot potjie die volgende:

1 x 1kg pak broodmeelblom,

2 x sakkies kits suurdeeg,

sout,

1 groot eier,

1 eetlepel olyfolie

bietjie knoffel,

halwe koppie louwarm water

1 botteltjie bier.

- Meng alles goed en deeglik saam. Roer dan gerasperde kaas in hierdie mengsel.

- Laat die potjie op 'n warm plek rus vir so 'n halwe uur.
- Maak nou 'n behoorlike vuur in 'h holte in die grond aangesien die potjie van alle kante af moet hitte kry.
- Nou behoort jou potjie lekker klaar te gerys het en die kole al lekker mooi warm.
- Krap nou die kole weg sodat daar net 'n paar koletjies rondom die pot oorbly, maar dit moet nie direk aan die pot raak nie.
- Sit 'n paar kole nou bo op die deksel, en dan kan jy maar die pot sy gang laat gaan vir minstens 'n halfuur.
- Na 'n halfuur kan jy maar loer of die potjie warm genoeg is en nog kole bykrap indien daar kort.
- Nou vir die laaste halwe uur. Indien jy wil kan nog gerasperde kaas bo-op gestrooi word vir nog 'n ekstra lekkerte.
- Gooi die broodjie uit en smeer bietjie botter/margarien bo-op en geniet sommer so warm met braaivleis.

- Dalene Minnaar

Potbrood met soutvulsel

Nog 'n vinnige potbrood van gekoopte brooddeeg:

1 kg brooddeeg

Kies uit die volgende vulsels:

- Gebraaide ui (skyfies), gebraaide spekvleis (250g), 1 k gerasperde cheddarkaas
- 1 k gaar (bevrore) spinasie, 1 k fetakaas blokkies
- gebraaide ui (skyfies), gebraaide sampioene (250g), 1 k gerasperde kaas

- Sit helfte van brooddeeg (klaar gerys) in gesmeerde platboompot.
- Sit vulsel in en bedek met orige deeg.
- Sit deksel op en bak vir 45 min – 1 uur in buite-oond van jou keuse

Soet, sondige potbrood

HEERLIK!! Hierdie broodbolletjies kry 'n soetkorsie en dit maak selfs 'n karamel-stropie daaroor. Amper so lekker soos poeding, maar dit kan saam met 'n braaivleisie geëet word:

1 kg brooddeeg

1 k room

1 k bruinsuiker

- Rol brooddeeg in balletjies en pak in gesmeerde platboompot.
- Meng room en bruinsuiker en gooi oor.
- Sit deksel op en bak 1 uur in matige oond.

Bierbrood

Ek vind die bak van brood intimiderend en beskou diegene wat sulke goue korsagtige wonders skep, as kunstenaars bo my vuurmaakplek.

Hier is 'n lekker een uit wyle Sannie Smit se boek Potjiekosgunstelinge. (Brood word natuurlik in 'n platboompot gebak.)

550 ml witbroodmeel

600 ml gebreekte koring

1 t sout

10 mg kitssuurdeeg

350 ml bier

6 t heuning

3 t gesmelte botter

100 ml lou water

- Meng meel, koring, sout en suurdeeg in groot mengbak.
- Meng bier, heuning, botter en water en voeg by meelmengsel.
- Roer tot deeg maklik hanteerbaar word. Keer uit op meelbestrooide oppervlak en knie tot deeg glad is -- so 5 minute.
- Vorm deeg in bal, druk bokant effens plat en plaas in potjie wat aan binnekant liggies met olie gesmeer is.
- Bestryk deeg en binnekant van deksel met gesmelte botter.
- Bedek en sit pot in warm plek vir sowat 45 minute tot deeg in volume verdubbel het.
- Plaas pot oor stadige kole en sit sommer 'n paar kole bo-op deksel sodat jy hitte van daardie kant af ook het.
- Bak vir 45 tot 60 minute. Die brood moed hol klink as hy geklop word.
- Keer die wonderwerk uit, en bedank Sannie vir die resep.

Mieliebrood

500g bruismeel

1/2 teelepel sout

1 koppie melk

2 eiers

1 blikkie geroomde suikermielies 410g

Bietjie pietersielie en paprika vir versiering

1 koppie kaas (strooi bo-oor deegmengsel)

- Smeer die platboom pot goed in met olie sowel as die deksel.
- Meng nou al die bestanddele saam en gooi in swartboompot.
- Dit bak omtrent vir 1 uur oor lae hitte, hou maar net dop.
- Indien verkies kan 'n mens green pepper, bacon, uie, of feta kaas meng voor jy bak.

- Adele Sherriff

Mieliebrood in 'n potjie op die vuur

500g bruismeel

1/2 teelepel sout

1 koppie melk

2 eiers

1 blikkie geroomde suikermielies 410g

- Vryf jou platboom potjie goed in met bietjie olie (deksel ook).

- Meng al die bestandele saam en stoom dit stadig oor lae hitte (omtrent 'n uur).
- Dis ook lekker om bietjie kaas, spek en gebraaide uie in te roer.

- Elsabe van Zyl

Roosterkoeke

Ongeveer 16

Sif volgende bestandele saam:

4k meel
5ml koeksoda
5ml kremetart
5ml sout

- Vryf 50ml botter in.
- Maak aan met 375 ml suurmelk tot 'n skondeeg.
- Rol in 'n wors. Sny in skywe van 4cm dik en druk effens plat.
- Laat rys tot dubbel die grootte.
- Verhit 'n swaarboompan op medium hitte.
- Braai tot bruin en gaar. Bedien met botter en konfyt.

- Danie - Egafrikaans

Vetkoek in Skottelbraai

2 koppies koekmeel
40ml suiker
10ml bakpoeier
knippie sout
2ml gemengde speserye
2ml kaneel
1ml gemaalde naaltjies
2 ekstra groot eiers (geklits)
250ml kookwater
30g rosyne of korente
olie vir diepbraai
Sif droë bestanddele saam.

- Klits eiers en meng met kookwater. Meng droë bestanddele geleidelik in totdat gladde deeg verkry is.
- Roer die rosyne by.
- Verhit olie in die CADAC skottelbraai en braai 3 tot 4 lepelsvol beslag in warm olie tot poffering en goudbruin. Draai om en braai anderkant ook liggies.
- Verwyder van olie en dreineer op kombuispapier. Bedien warm. (Lewer omtrent 15 vetkoekies)

Roosterkoek

1 kg bruismeel
125 ml margarine

125 ml strooisuiker

10 ml bakpoeier

Sout

425 ml melk

- Meng al die droë bestanddele saam. Vryf die botter in met die vingers.
- Voeg die melk by om 'n lekker deeg te vorm, sodat koekies gevorm kan word.
- Vorm koekies en laat staan om te rys voordat op die vuur gebraai word.

- Marlene Badenhorst

Jaffles

Ek dink '**Jaffles**' sal ook baie lekker wees vir kampeerkos. Vulsels met maalvleis, kerrievis, enige lekker vulsel wat oor die vuur gemaak kan word met 'n jafflepan.

- Bettie Lourens

(Ons het nog 'n ou jafflepan maar deesdae is die mos in 'n "snackwich" maker!- Peter)

Brood-resep

1pak Brooddeeg (die wat jy in die winkels koop)

250ml Bruinsuiker

250ml Room

- Vorm groterige balletjies met die brooddeeg
- Pak in swartpot
- Strooi suiker oor
- Gooi room oor
- Bak soos 'n potbrood in 'n gat met kole bo-oor.

- Susan Varnfield

Slaaie en ander bykosse

Hierdie is wat 'n kampete kan maak of breek en waar jy met jou verbeelding op hol kan gaan en jou stempel afdruk as bobaas kampkok!

Meksikaanse mengelslaai

Blaarslaai

2 Tamaties (in blokkies gesny)

seldery

1 koppie Kaasblokkies

1 blikkie 'Baked Beans'

1 klein pakkie Frito's

- Meng saam in slaaibak.

<u>Sous</u>

1 k mayonnaise

1 k gewone yoghurt/maaskaas

- Meng sous en gooi oor slaai.

Rysslaai

1 k rou rys (kook tot gaar)
½k rosyne
1 ui (fyn gekerf)
1 tamatie (in blokkies gesny)
½ groenrissie (fyn gesny)
1 klein blikkie perskeskywe

- Laat rys afkoel en meng met res van bestanddele.

Sous
1 k mayonnaise
2 t kerriepoeier
1 e Chutney

- Meng sousbestanddele en roer deur slaai.

Sweetcorn en spekslaai

1 blikkie 'sweet corn'
100g gaar spek
½ groenrissie (fyn gekerf)
Kruie na smaak

- Meng alles saam en sit voor.

Kerriepiesangslaai

6 piesangs
1 t kerrie
1 k mayonnasie
1 e konfyt

- Sny piesangs in skyfies, meng sous bestanddele en gooi oor piesang.

Piesang en pynappelslaai

4 piesangs
1 blik pynappelstukke (hou sap vir sous*)

Kook stroop:
1 t suiker
2 e mielieblom
1 t kerrie
sap *

- Meng stroop met vrugte en laat afkoel.

Appel en yoghurtslaai

3 appels
1 k joghurt
½ k grondbone & rosyne (of neute)

- Sny appels in blokkies en meng met die res.

Baked beans slaai

1 blikkie baked beans
1 piesang
1 e mayonnaise

- Meng alles saam.

Bone en pynappelslaai

1 blikkie botterbone
1 blikkie pynappelstukke (hou sap vir sous*)

Kook sous:
50ml suiker
50ml asyn
25ml mielieblom
sous van pynappels *

- Gooi sous oor en laat staan 1 uur.

Tropiese groenteslaai

1 blikkie gemengde groente (gedreineer)
1 blikkie pynappelstukke (hou sap vir sous*)
1 ui (fyn gesny)
gaar pasta (opsioneel)

Sous:
20ml sap *
50ml mayonnaise

- Meng sousbestanddele en gooi oor slaai.

Stywepap en Krummelpap

Daar is vele menings oor hoe on stywe- of krummelpap te maak. Mens kan mieliemeel ipv die braaipap gebruik wat hieronder genoem word. Ek dink die resepte kom oorspronklik van die pakkies af waarin dit verkoop is.

Stywe Pap

(4-6 porsies)

1 liter water (4 koppies)

5ml sout (1 teelepel)

500ml TRADISIONELE BRAAIPAP (2 koppies) (320g)

Gebruik 'n groot swaarboomkastrol en verhit water en sout tot kookpunt. Voeg TRADISIONELE BRAAIPAP by. Roer deeglik met 'n hout lepel en plaas deksel op. Verminder hitte en prut vir 40 minute. Roer 'n paar keer. Voeg 125ml (1/2 koppie) koue water by pap. Prut pap oor lae hitte vir 'n verdere 30 minute.

Krummelpap

(4-6 porsies)

500ml water (2 koppies)

5ml sout (1 teelepel)

750ml TRADISIONELE BRAAIPAP (3 koppies) (480g)

- Gebruik 'n medium swaarboomkastrol en verhit water en sout tot kookpunt.
- Voeg TRADISIONELE BRAAIPAP by, plaas deksel op en prut vir 15-20 minute. Roer met 'n vurk tot pap krummels gevorm het. Prut vir 20-30 minute.
- Roer 'n paar keer.
- Wanneer ons egter vir ons krummelpap maak, dan kook ons dit vir baie langer as wat hulle hier bo voorstel. Ons glo die krummelpap moet stadig en baie lank prut.
- Roer die krummelpap vir die eerste keer nadat die meel 'n velletjie gevorm het - dis belangrik om nie te vroeg te roer nie. Hoe lank jy die pap ná die roer laat prut, hang ook af van hoe groot jou krummels is. Ek vind dat 20 min. op 'n medium-lae gasvlam genoeg is, maar smaak verskil en elke ekspert het sy manier

Ryspap

1 liter water.

500 ml. (2 k.) gaar rys.

5 ml. (1 t.) sout.

450 ml. mieliemeel.

60 ml. (1/4 k.) botter of magarien.

Verhit die water, rys en sout saam tot kookpunt. Laat dit stadig prut en roer die mieliemeel geleidelik by -dit vorm 'n slap pap. Laat dit 20 minute lank stadig oor lae hitte prut tot deurgekook en gaar. Roer die botter of magarien in en bedien warm saam met pangebraaide wors en warm tamatie-smoor.

Genoeg vir 5 - 6 mense.

- Leona Lambrechts

Aartappelresep

- Neem een aartappel per persoon.
- Was aartappel en sny in dik snye.
- Plaas elke aartappel op 'n laag tinfoelie, blink kant binne.
- Plaas 'n paar snye ui, bietjie knoffel, sout & peper en 1 eetlepel botter op elke aartappel.
- Maak toe met foelie.
- Plaas nog 'n laag swaer foelie om.

- Plaas dit nou tussen die kole tot gaar.
- Maak oop en besprinkel met gerasperde cheddarkaas.

- Susan Varnfield

Piesangslaai

6 Piesangs in skyfies gesny

1 klein houertjie pynappel of grennadella joghurt

Meng en bedien.

Maklike slaai

1 blikkie geroomde suikermielies

1 blikkie groen ertjies, gedreineer

1 blikkie pynappel stukkies, gedreineer

Meng en bedien.

- Sharon du Plessis

Heerlike pampoenslaai

1 butternut, grof gerasper. Strooi 1 pakkie perskejellie net so oor (moenie aanmaak). Net so ook baie lekker. Kan ook 1 blik gesnipperde pynappel ingooi, sonder sous. Alternatiewelik, grenadillamoes.

Mielietert

2-liter baie dik kaassous

500g gerasperde cheddarkaas

500g gesnipperde spek

1 groot ui, fyn gesny

2 groot pakke kaas-en-uie Simba skyfies

3 blikke baba mielies, gesny

bietjie olie om spek en ui in te braai

Braai die spek tot lekker bros en soteer die ui. Maak die Simba skyfies fyn en meng die ui in. Sny die baba mielies in ronde wieletjies. Meng nou die kaassous en al die ander bestandele. Skep in swartboom pot en bak by lou tot matig totdat tert gestol is. Garneer met ui spriete

- Trudie Maree

Lekkerste ongesonde pap

Ons is net so lief vir die bos en gaan so gereeld as wat ons kan. Gewoontlik in 'n groep van so 6 mense. Almal in die groep vra altyd of ons ongesonde pap gaan kry, so ek is altyd voorbereid.

- Maak mieliepap nie te styf nie, maar ook nie heeltemal slappap vir die hoeveelheid mense wat honger is. Jy kan maar meer ook maak want koud is dit net so lekker.
- Die byvoegings is vir 'n pot vir so 6 mense.
- As die pap gaar is meng 'n blikkie heel pit mielies by.
- Meng 'n 250g knoffel botter blok by.
- Roer alles deurmekaar.
- Rasper 'n klomp kaas bo-oor. Sit die pot se deksel op en 'n paar kole bo-op om die kaas te verbruin/smelt.

- Jy kan ook gesnipperde gebraaide bacon, mushrooms en uie byvoeg dan is dit sommer 'n maaltyd op sy eie.

- Mandie van der Merwe

Blitsvinnige pastaslaai

TYD: 10 Min

Porsies: 2 as 'n maaltyd

2 t olyfolie

½ rooi ui – fyngekap

100g spek, gekap

2e gekapte pietersielie of 1t gedroog

3k gekookte pasta skulpies (of wat ookal beskikbaar is)

¼ k wit asyn

1 klein blikkie "corn kernels"

Verhit olie en braai ui en spek vir 2min. Verwyder van hitte and voeg pietersielie, pasta, asyn en mielies. Meng goed. Voeg sout en peper na smaak by. Bedek en verkoel tot benodig.

- Danie - Egafrikaans

Mieliepap In Mikrogolf

3 koppies mieliemeel

1200 ml kookwater

2 teelepels bakpoeier

2 teelepels sout

4 eetlepels margarien of botter

- Plaas mieliemeel in mikrogolfbak (omtrent 2,5 liter bak) en mikrogolf onbedek op hoog vir 5 minute.
- Voeg bakpoeier en sout by en meng deeglik.
- Roer margarien by kookwater tot gesmelt.
- Voeg kookwater met gesmelte margarien by mieliemeel en roer deeglik totdat daar geen droë meel meer oorbly nie.
- Mikrogolf met deksel op, op hoog vir 8 minute.
- Haal uit en roer deeglik.
- Plaas terug in mikrogolf met deksel op en mikrogolf vir 'n verdere 8 minute op hoog.

- Danie – Egafrikaans [Flip]

Pampoenpoffertjies in Stroop

(Hierdie resep is baie lekker saam met enige tipe gekookte kos, en braaivleis)

500 ml fyngemaakte pampoen

250 ml bruismeel

10 ml bakpoeier

2 ml sout

kookolie

15 ml botter

325 ml suiker

200 ml melk

40 ml mielieblom

175 ml koue water

kaneel

- Meng pampoen, bruismeel, bakpoeier, sout en eier deeglik. Skep teelepels in warm kookolie. Braai goudbruin en gaar.
- Dreineer op bruinpapier en skep op opdienskottel. Verhit botter, suiker en melk tot kookpunt.
- Los mielieblom in water op en roer in 'n straaltjie by melkmengsel. Verhit tot kookpunt en skep oor koekies. Dien warm op.

- Danie - Egafrikaans

Polonie-vetkoekies

(Amanda Viljoen)

2 koppie meelblom

1 teel sout

1/2 teel peper

1 eier

1 koppie melk

1 koppie gerasperde knoffelpolonie

- Sif die droë bestanddele saam en voeg die geklitste eier en melk by.
- Voeg die polonie by en meng deeglik.
- Skep lepelsvol in warm vlak olie en braai bruin aan albei kante.

- Danie - Egafrikaans

Stampkoringslaai

(Annatjie)

250 ml stampkoring

1 x 410 g blik perskeskywe

1 soetrissie

2 ml mosterdpoeier

125 ml mayonaisse

sout

peper

1 kookappel

1 uitjie

- Kook stampkoring sowat 45 min of tot sag - gooi in vergiettes en spoel met koue water af. Laat goed dreineer
- Meng mayonnaisse en mosterd. Kap ui - sny appel in dobbelsteentjies en ontpit - sny soetrissies in repe

- Dreineer perskes en sny kleiner. Plaas alle bestanddele in slaaibak. Geur met sout en peper en meng met twee vurke.

- Bernadet Botes

Noedels en room

1 ui

1 pakkie spek

1 Groen en rooi peper

Bietjie olie

Gemengde kruie

1 bakkie room

Braai alles behalwe die room saam tot gaar. Gooi die room by en laat 'n bietjie kook to die room dik word. Eet saam met noedels.

- Nonnie Erasmus

Tunapoffertjies

1 blik tuna (gedreineer)

sout

peper

2 eiers (geklits)

5ml suurlemoensap

12,5ml pietersielie(gekap)

5ml bakpoeier

120ml meelblom

30ml melk

paprika

olie om in te braai

- Vlok tuna en voeg oorblywende bestandele, behalwe olie en paprika by. Skep opgehoopte teelepels vol van mengsel in warm olie en braai tot goudbruin.
- Dreineer poffertjies en besprinkel met paprika. Dien warm op.

- Nonnie Erasmus

Mieliepap poffertjies

250ml slap mieliepap, berei van

80ml mieliemeel

250ml meelblom

sout en peper

15ml bakpoeier

2ml mosterdpoeier

250ml gerasperde Cheddarkaas

knypie rooipeper

4 repies swoerdlose spekvleis gekap

1 eier geklop

1 of 2 russiese worsies

1 ui gerasper

Om te braai: 20ml olie

Om te sprinkel: 20ml braaivleisspeserye

- Meng al die bestanddele in 'n groot mengbak.
- Verhit olie in 'n groot pan, braai teelepels vol van die mengsel op 'n slag tot goudbruin.
- Dreineer op kombuispapier, sprinkel speserye oor.
- Sit warm voor.

- Nonnie Erasmus

Gegeurde piesangpoffers

6 piesangs

meelblom, gemeng met kruie en speserye

suurlemoensap van jou keuse

geklitse eier droë broodkrummels

olie

- Skil piesangs, sprinkel met suurlemoensap, rol in meelblom, dan in eiers en laastens in droë broodkrummels.
- Braai in warm olie totdat dit rondom goudbruin is.

Soet/sout slaai

1 x blikkie roommielies

1 x blikkie ingelegde perskes

1 x blikkie pynappelstukkies

1 medium tot groot ui

Kaas in blokkies gesny soos verlang

bietjie Knoffel en kruiesous (sommer so klaar gekoop in die bottel) na smaak.

- Dreineer die sap van die perskes en pynappel.
- Sny dan die perskes in kleiner stukkies.
- Meng alles saam en voeg die sous by soos na smaak.
- Mens kan dit seker afwissel met 'n bietjie kerrie vir 'n byt; hoe langer die mengsel le, hoe lekkerder!

Crabstick Slaai

1 x pakkie 'Crabsticks'

1 x groen peper

1 x rooi peper

1 x geel peper

1 medium tot groot ui

Mayonnaise

Ontvries die 'crabsticks', sny in ringetjies, sny al die pepers fyn nadat dit ontpit is, sny die ui fyn en meng alles saam met die mayonnaise.

HEEEEERLIK!

Dadelkluitjies

Stroop

500 ml suiker

1 liter water

30 ml (2 eetlepels botter)

30 ml (2 eetlepels goue stroop)

2 ml (halwe teelepel) sout

Kluitjies

500 ml koekmeelblom

15 ml (1 eetlepel) koeksoda

2 ml (halwe teelepel) fyn kaneel

30 ml (2 eetlepels) botter

125 ml (halwe koppie) fyn gesnipperde dadels

250 ml (1 koppie) melk

- Meng al die bestanddele vir die stroop saam in 'n stoompot. Roer oor lae hitte tot die suiker opgelos is. Kook dan vyf minute lank.
- Meng koekmeelblom, koeksoda en kaneel saam.
- Vryf botter in en voeg die dadels by. Meng goed deur. Voeg die melk stadig by terwyl aanhoudend geroer word.
- Laat stroop weer kook en skep lepels van die kluitjiemengsel in die kokende stroop.
- Verlaag hitte (dit moet baie stadig prut anders kook dit oor) en prut 20 minute lank. Moenie die deksel oplig nie.
- Dien op saam met vla, room or roomys.
- Genoeg vir 6-8 mense.

- Danie - Egafrikaans

Nuwe slaai

Twee appels geskil, ontpit en in blokkies gesny.

Voeg by 'n halwe komkommer in dieselfde grootte blokkies gesny.

'n Blikkie ertjies

drie eetlepels mayonnaise - die tipe wat nie te suur is nie.

Genoeg slaai vir so vier of vyf mense

- Danie - Egafrikaans

Soetsuur-doopsous

1 blikkie kondensmelk

Mayonaisse (dieselfde hoeveelheid as die kondensmelk)

gerasperde kaas

gesnipperde suuruitjies (groen of rooi lyk mooi saam met kaas)

- Meng alles saam en laat staan 'n rukkie sodat die smake kan meng.
- Bedien saam met Simba/Willard skyfies.

- Danie - Egafrikaans

Bruinrysslaai

4 kop gekookte bruinrys

6 gekapte salotte

l klein gekapte rooi soetrissie

1/3 kop sultanas

60 g geroosterde neute (eie keuse)

2 eetlepels sonneblomsaad

Gekapte pietersielie (opsioneel)

- Meng alle bestanddele
- Giet volgende mengsel oor bogenoemde en roer deur:
    1/4 koppie olyfolie
    3 eetlepels sojasous
    2 eetlepels suurlemoensap
    1 fyngekapte knoffelhuisie

- Danie - Egafrikaans

Mosterdsous

250 ml wit suiker

25 ml mosterdpoeier

12,5 ml koekmeelblom

1 ml sout

125 ml asyn

125 ml water

2 groot eiers

- Meng suiker, mosterdpoeier, koekmeelblom en sout in diep bak.
- Voeg asyn en water by en meng - mikrogolf vir 4 min by 100% krag. Roer na 2 min.
- Klits die eiers, klits nou bietjie van kokende sous by eiers, voeg res van die eiermengsel by kokende sous en roer goed.
- Mikrogolf 3 min by 50% krag en roer elke minuut.

- Andre Steenkamp

Kwaai sous

Dit is baie lekker en is great oor braaivleis of selfs aartappels opgekook in hul vel. Nie vir enige een op 'n dieet nie!

Bietjie olie

2 Uie (Gekap)

1 Pakkie Brown Onion Sop

100ml Melk

500ml Room

- Braai die Uie stadig in die olie tot lekker bruin.
- Meng die sop met die melk tot al die sop opgelos is.

- Gooi die sopmengsel en room by die uie en prut vir meer as 'n half uur.
- Roer gereeld.

Nota:

Baie lekker as 'n sous oor Braaivleis of oor “Jacketed Potatoes”

(Nie sommer oor altwee saam nie. “Can be too much”)

- Gerda de Swardt

Maklike slaai

Hierdie is genoeg vir twee mense - pas maar die bestanddele aan as daar meer mense is wat gaan eet.

'n Paar vars slaaiblare

Een groot tamatie

Een groot groen murgpampoentjie (baby marrow)

'n Handvol olywe sonder pitte

'n Klein blikkie aspersie stukke of 'n halwe groot blikkie

'n Paar stukkies fetakaas in blokkies gesny

'n Paar knopie-sampioene sampioene (button mushrooms)

Een vars suurlemoen

Swart peper – die korrels

Gemaalde sout

- Was alles goed in koue water (behalwe natuurlik die swart peper en die suurlemoen) met bietjie sout daarby
- Sny alles op in eetbare stukkies en meng dit goed
- Sny die suurlemoen in die halfte en bedrup die slaai goed
- Strooi 'n knippie sout op die slaai – nie te veel nie
- Laastens strooi die vars gemaalde swart peper daarop
- Moenie dit nou gaan beduiwel met allerhande olies of ander dinge nie. Dis gesond net so. Geniet die slaaitjie soos ek gesê het saam met 'n paar stukkies gekerfde biltong (eenkant gehou nie saam met die slaai gemeng nie) en geniet veral, op daardie warm dae, die lekker koue Duitse bruisdrankie daarby!!

- Gerda de Swardt

Spekrolletjies voorgereg

Gewone wit sampioene

Ontbytspek – verkieslik goeie rugspek met bietjie vet aan wat lekker hard en krakerig gebraai word - of min vet nes jy wil na jou eie keuse

Tandestokkies (Toothpicks)

- Neem die wit sampioene en was dit in soutwater – droog af
- As die sampioene te groot is, sny hulle in die helfte anders word hulle dalk nie heeltemaal gaar nie
- Sny die spek in die lengte in die helfte deur
- Draai nou die repe spek om die sampioene – een of twee per sampioen en steek vas met die tandestokkies deur die sampioen

- Gaarmaak en eet: Neem hierdie spekrolletjies en braai hulle op die kole. Dit moet so 'n entjie bo die kole gebraai word – nie te warm nie, maar warm genoeg sodat die spek lekker krakerig kan word. Terwyl hulle braai, gooi sommer so bietjie braaisout of seesout op na smaak. Jy sal sommer sien wanneer hulle gaar is. Wanneer jy hulle afhaal, laat dit eers so 'n bietjie afkoel want dis baie warm en jy kan jou mond lelik verbrand as jy te haastig is om te eet. As die Spekrolletjies so bietjie afgekoel het kan jy maar begin smul daaraan.
- Daar's hy – so simpel soos dit. Jy kan natuurlik presies dieselfde resep volg deur van daardie rooi gebottelde kersies (sonder pitte natuurlik), of pruimedante (ook natuurlik sonder pitte) te gebruik, in plaas van die sampioen. Jy draai ook die spek om dit en steek vas met die tandestokkie. 'n Goeie idee is om 'n klompie van elk te maak sodat daar 'n bietjie van 'n verskeidenheid is in die voorgereg. Maak net genoeg want dis baie lekker!!!
- Onthou nou net om daardie koue enetjie van jou op te top en sommer daarmee almal anders s'n ook, voor jy die Spekrolletjies op die kole sit.
- Terwyl so 'n klomp van ons nou die aand gebraai het, vat my ou vriend Dikkes twee groot spekrolletjies, prop hulle in sy mond in, kou so bietjie, neem 'n groot sluk van sy yskoue bier en sê: “Ai man, hoekom het jou niggie nie al lankal vir jou hierdie resep gegee nie? Dis so lekker, ek drink sommer al jou bier uit vanaand.”

- Gerda de Swardt

Koning sampioen met 'n lekker roomkaas mengsel

Met 'n lekker koue drankie in die hand langs 'n gesellige vuurtjie, eet jy hierdie kampioen sampioen.

Groot sampioene - Afhangende van hoeveel mense daar is, soveel sampioene moet jy gebruik, want ek praat nou hier van daardie groot bruin sampioene wat by die meeste supermarkte of party groentewinkels gekoop kan word.

Die sampioene is elk omtrent so groot soos 'n piering en een sampioen per persoon is oorgenoeg. As jy nie die heel groottes kan kry nie gebruik dan die kleiner bruin sampioene, maar dan moet jy omtrent twee of drie per persoon voorberei.

Vars tiemie – so 'n handvol

Vars Pietersielie

Growwe seesout

Heel gemengde peperkorrels

'n Houertjie gladde maaskaas met kruie (“cottage cheese”) of vir 'n ander geur bietjie roomkaas of “cream cheese”

'n Houertjie Feta kaas

'n Blokkie Cheddar kaas

Botter – sowat twee eetlepels botter

Een eetlepel meelblom – of meer afhangende van die hoeveelheid sampioene

'n Lekker ou kampvuur

Rooster of plaat

Foelie (Tinfoil)

- Jy moet natuurlik eers jou vuur aan die gang kry sodat solank 'n paar kooltjies kan maak - gebruik natuurlik goeie hout soos bv, sekelbos of mopanie. Sodra die vuur lekker brand en almal met 'n lekker koue een in die hand sit begin met die voorbereiding.
- Was die sampioene goed af in koue soutwater en spoel dan af in lopende koue water. Droog die sampioene dan af met papiervadoeke of iets dergelikes. Laat staan vir sowat twee minute.
- Neem 'n mengbak en gooi die maaskaas of roomkaas daarin

- Druk die feta kaas baie fyn en gooi dit by die maaskaas
- Rasper so bietjie cheddar kaas en gooi dit ook by die maaskaas
- Voeg bietjie pietersielie en tiemie by en voeg dan die botter by
- Voeg die meelblom by
- Maal of stamp die peper en sout fyn en gooi dit in die mengesel
- Neem 'n vurk en meng nou die bestanddele baie goed sodat daar nie klonte in is nie
- Smeer nou die boonste gedeeltes van die sampioene mooi dik en vol met die mengsel
- Gaarmaak op die kole: Sodra daar so paar kole is, krap 'n bietjie uit die vuur en plaas 'n rooster of plaat so medium hoogte daarop – die kole moenie te warm wees nie.
- Indien jy die rooster gebruik – trek dit eers oor met foelie (”tinfoil”)
- Gooi botter op die tinfoil of op die plaat indien jy 'n plaat gebruik
- Plaas die sampioene op die foelie of plaat en wag
- Hou die sampioene goed dop en sodra die kaasmengsel mooi gesmelt het haal af met 'n plat skep-instrument soos 'n eierspaan of ”egglifter”
- Plaas elke sampioen op 'n bord en bied aan
- Lek jou lippe af en eet
- Onthou die sampioene is groot, so sny dit miskien in die helfte of in kwarte sodat 'n mens dit lekker met die hande kan eet, of bedien dit heel op 'n bord sodat die mense dit self kan sny met mes en vurk

- Gerda de Swardt

Broodslaai

Sny brood in dik snye en dan in blokkies

Sny kaas van jou keuse in blokkies

Gebraaide spekvleis in stukkies gekap

Gelyke hoeveelhede kondensmelk & mayonnaise

Olie vir diepbraai

Gebraaide sampioenstukkies (opsioneel)

- Diepbraai broodblokkies in olie tot bruin.
- Dreineer en laat afkoel.
- Voeg die res van die bestanddele by die mayonnaise mengsel 'n halfuur voor opdiening by.

Hoenderslaai met mango en gemmer mayonnaise

6 hoenderborsie filette

250ml wit wyn

250ml hoenderaftreksel

2ml swart peperkorrels

3 lourierblare

bossie gemengde kruie

2 selderystingels, gekap

45ml pietersielie, gekap

3 groot mango's, geskil en gesny

Gemmer mayonnaise

200ml mayonnaise

200ml suurroom

1 suurlemoenskil, gerasper

30ml suurlemoensap

10ml heuning

1 stukkie gemmerwortel, geskil en gerasper

sout en peper na smaak.

- Meng alle mayonnaise bestanddele saam, geur en verkoel.
- Kook hoender liggies gaar in wyn en hoenderaftreksel, asook met kruie, peperkorrels en lourier blare. Sodra gaar, sny in stukkies.
- Meng gaar hoender met seldery, pietersielie en mango skyfies. Meng met gemmer mayonnaise.

Lensie-en-rysslaai

200 g lensies

200 g ongepoleerde rys

1 middelslag ui, geskil en fyngekap

1 knoffelhuisie gekneus

200 ml fyngekapte pietersielie

sout en peper na smaak

175 ml lae-vet slaai-olie

75 ml asyn of suurlemoensap

- Gooi lensies en rys saam in 'n bak en bedek dit met koue water. Laat dit sowat 2 uur week.
- Spoel in 'n sif onder lopende water af en plaas in 'n kastrol.
- Voeg koue water en sout na smaak by en kook dit sowat 20 minute tot sag maar nie pap nie.
- Dreineer in 'n vergiettes. Gooi in slaaibak.
- Voeg uie, knoffel, pietersielie sout en peper by en meng.
- Meng slaai-olie en asyn of suurlemoensap en gooi oor.

Biltongslaai

Slaaisous:

60 ml balsem-asyn

125 ml olyfolie

1 knoffelhuisie, gekneus

5 ml suiker of na smaak

5 ml Dijon-mosterd

1 stingel sprietui, fyngekap

sout en varsgemaalde swartpeper

Slaai:

250 g klam, baie dun gekerfde biltong

375ml gerasperde cheddarkaas

'n verskeidenheid blaarslaai om die slaai op te rangskik

3 agurkies, gekap

2 hardgekookte eiers, in skyfies gesny

2 ryp avokado's, in blokkies,besprinkel met suurlemoensap

- Plaas al die bestanddele vir die slaaisous in 'n skroefdekselbottel en skud goed. Hou in die yskas tot benodig.
- Plaas die biltong en kaas in 'n bak en voeg genoeg van die slaaisous by om dit goed klam te maak.
- Bedek en marineer ten minste 'n uur (of selfs tot 'n dag lank) in die yskas.
- Rangskik die blaarslaai op 'n mooi groot plat slaaibord en pak die slaaibestanddele bo-op.
- Besprinkel liggies met van die slaaisous.
- Skep die gemarineerde biltongmengsel bo-op en sit die oorblywende slaaisous apart in 'n klein bekertjie voor.
- Sit dadelik voor.

Bros aartappelskilslaai

8 aartappels se skille

15ml olie

200g gekapte spekvleis

blaarslaai

100ml gekapte haselneute

60g fetakaas, in blokkies gesny

2 rooi, ongeskilde appels, in blokkies

- Skrop aartappels onder koue, lopende water. Druk droog.
- Skil aartappels in eweredige repe en braai in verhitte olie tot goudbruin en bros.
- Braai spekvleis tot bruin en bros en dreineer.
- Voer 'n slaaibak uit met slaaiblare.
- Meng neute, kaas, appel, spekvleis en aartappelskille liggies. Plaas in slaaibak en verkoel.
- Lewer 4 porsies.

Maklike uieslaai

500-750g skoongemaakte uitjies

100ml kondensmelk

5ml mosterdpoeier

100ml tamatiesous

100ml witasyn

- Kook die uitjies in soutwater tot sag en dreineer. Laat koud word.
- Meng kondensmelk en mosterdpoeier. Klop tamatiesous en asyn by en meng goed.
- Plaas uitjies in 'n slaai bak en gooi die sous bo-oor.
- Lewer 4-6 porsies

Avokado en maaskaasslaai

2 avokado's

150ml korrelrige maaskaas

2 pynappelringe, in die helfte gesny

slaaiblare
2 hardgekookte eiers
Halveer en ontpit die avokado's

- Skep gelyke hoeveelhede maaskaas in die avokado helftes.
- Plaas 'n halwe pynappelring bo-op elkeen.
- Plaas die avokado helftes bo-op slaaiblare en garneer met eierskywe.

Eierslaai

1 slaaikop, fyn gekerf
8 eiers, hardgekook
sout en vars gemaalde swartpeper
250ml natuurlike jogurt
50ml mayonnaise
45ml blatjang
5ml suurlemoensap
1 klein ui, in ringe gesny
fyn gekapte pietersielie

- Rangskik die slaaiblare op 'n mooi opdienbord.
- Sny die eiers in kwarte en rangskik bo-op. Geur goed met sout en peper.
- Meng die res van die bestanddele behalwe die pietersielie en ui en giet oor die eiers en slaaiblare.
- Rangskik uieringe bo-op en strooi pietersielie oor.
- Lewer 6 porsies.

Warm kaas en artappelslaai

4 groot aartappels
120g Zoetvlei kaas, in blokkies gesny
2 repe spekvleis, gebraai & gekap
125ml Franse slaaisous
gekapte grasuie

Kook aartappels in kookwater tot sag. Trek skil af en sny in blokkies. Plaas in opdien-bak.
Voeg kaasblokkies by en meng. Sprinkel spekvleis oor.
Verhit slaaisous maar moenie kook nie. Giet oor slaai, sprinkel grasuie oor en dien dadelik op.

Vinnige happies en ligte etes

Ou meid onder die kombers

1 blikkie weense worsies
2 eiers
3/4 koppie melk
knippie sout
1 teelepel bakpoeier

Genoeg meel om dun deeg mee te maak

- Klop eiers goed, voeg melk en sout by
- Klop weer, voeg meel en bakpoeier by
- Klop weer
- Doop worsies in deeg
- Braai in warm olie tot deeg gaar is

- Peter Thomas

Lekker happie

Ons het nou die dag 'n lekker happie as voorgereg by ons braai gemaak.

Ons het pita broodjies gekoop, middeldeur gesny (in die lengte) en die binnestes met knoffelbotter gesmeer, toe die helftes gehalveer en weer gehalveer totdat ons agt skywe van elke helfte van die pitabrood gehad het. Toe sit ons die broodjies op die braai, borrekant na onder tot dit godbruin was, ons kon nie voorbly met die lekkerny nie. Nog lekkerder as jy 'n doopsous byderhand het!

- Doreen van der Walt

Blitsige braai-idees

- Vinnige poeding: Sny piesangs (in die skil) in die lengte oop, maar moenie dwarsdeur sny nie. Stip die binnekant met botter en besprinkel met bruinsuiker. Braai tot gekarameliseer en die skil swart is. Sit voor met botterkaramelsous en vanieljeroomys.
- Vir 'n voorgereg, marineer groot garnale in gelyke hoeveelhede olie en suurlemoensap. Voeg fyngedrukte knoffel, sojasous en heuning na smaak by en braai vinnig tot net gaar. Geur met sout en peper en sit voor op vars roket, komkommerlinte of babaspinasie. Drup van die
- orige marinade oor as slaaisous.
- As slaai of bykos, braai aspersies op 'n warm roosterplaat tot sag en gaar. Bedruip met olyfolie. Geur met sout en peper en drup balsamiese asyn oor. Sit voor met 'n tamatie en soetrissiesalsa.
- Draai 'n heel brie of camembert in 'n dubbellaag geoliede foelie toe en braai oor lae hitte tot sag. Sit dit voor met stukke geroosterde Franse brood om in die kaas te doop. Om dit as nagereg te bedien, sit voor met beskuitjies en konserf, soos groenvye of kumkwarte.
- Lekker met enige seekos, is geroosterde sitrus. Halveer suurlemoene of lemmetjies en plaas met die gesnyde kant na onder op 'n geoliede roosterplaat. Braai tot goudbruin aan die onderkant. Sit voor met gebraaide vis of ander seekos soos calamari of garnale. Die warm suurlemoene gee meer sap en dit het dan 'n lekker, geroosterde geur.
- Gee gebraaide vis 'n slag nuwe geur. Meng 45 ml basiel- of tamatiepesto, 2 ml vars gemaalde swartpeper, 5 ml fyngerasperde suurlemoenskil en 15 ml suurlemoensap en smeer oor die vis voor en terwyl dit gebraai word. Sit voor met aartappels en slaai.

Pasta ala sansha

Vinnige kampkos wat binne 20 minute met 1 pot gemaak word op 'n gasstofie. (My dogter, Sansha, se gereg, vandaar die naam.)

1 pak pasta

1 blik tamatie & uiesmoor

1 blik boeliebief

1 blik 'sweet corn'

- Kook pasta, dreineer en gooi terug in pot. Meng 3 blikkies daarby in en verhit totdat gereg warm genoeg is. Bedien dadelik.

Spaghetti ala Tilla

Nog 'n heerlike pastagereg wat met min moeite gemaak kan word met 'n kamp.

1 pak spaghetti

250 g gesnipperde spek

1 ui, fyn gesny

1 blik sampioenroomsop

'Stir fry' groente (opsioneel)

Gerasperde kaas (opsioneel)

- Kook pasta en dreineer. Braai spek, uie en 'stir fry' groente saam in pan. Meng pasta, spekmengsel en sop (ander sop van jou keuse, selfs 'n pakkie sop aangemaak met water of melk, kan ook gebruik word).
- Strooi kaas oor en bedien. 4 - 6 porsies.

Romerige slakke op vuur

1 blik (800 g) slakke, gedreineer

500 ml dik room

55 ml brandewyn

35 ml biefekstrak

8 knoffelhuisies, geskil en gekneus

2 ml vars gemaalde swart peper

volkoringbrood om voor te sit

Verhit gietysterpan op vuur (kole)

- Plaas alles behalwe brood in pan en kook tot sous ingedamp en dik is.
- Sit slakke warm voor saam met volkoringbrood

- Liza van der Merwe

Ann se happie

Gooi blikkie soutvleis, blikkie suikermielies en roereier deurmekaar in braaipan en maak gaar. Kan ook uie of blikkie uiesmoor bygooi. Eet op pap of brood

- Ann Aylwin

Malvalekker Piesangs

1 piesang

2 blokkies sjokolade

2 malvalekkers

- Skil piesang en plaas op foelie. Plaas 2 malvalekkers op piesang.
- Breek sjokolade oor. Draai met foelie mooi toe en braai oor stadige kole vir 10 minute.

- Sharon du Plessis

Heerlike voorgereg vir braaivleis

Pynappelwiggies Russians in skuins skywe gesny

Agurkies skuins gesny

Marineer alles vir 'n paar uur in pynappelsous. Ryg op sosatiestokkies en braai vir so 5 minute. Smul heerlik.

- Sharon du Plessis

Worsie stokkies

Hierdie kan al by die huis voorberei word.

Enige dun wors

Sosatie stokkie

- Neem worsie en ryk op en af deur stoke (moet sook oond element lyk)
- Braai oor kole soos normal weg.
- Hierdie was eintlik ontwerp vir die klein mensies wat al gewoontlik dood honger is teen die tyd wat die GROOT mense braai, dit gaan vinig en hulle kan dit net van die stokkies af eet en dit brand nie die vingertjies nie.

- Elsabe van Zyl

Gebakte Piesangs

(Vir die kinders)

6 piesangs

2 flakes

12 malvalekkers

Silwer foelie

- Skil piesangs en plaas elkeen op foelie. Plaas 2 malvalekkers op elke piesang.
- Sprinkel sjokolade (flake) oor.
- Draai foelie mooi toe en braai oor kole vir 10 minute.

Gebakte Piesangs

(Vir die grootmense)

6 piesangs

40g botter

sap van 1 suurlemoen

3 eetl gekerfde klapper

fyn gekapte neute

3 eetl sagte bruinsuiker

3 eetl rum/brandewyn/van der Hum of ander likeur

Silwer foelie

Skil piesangs, halveer en plaas op foelie. Sprinkel suurlemoensap, klapper, neute, suiker oor. Besprinkel met drank van jou keuse en sit laastens klontjies botter op. Draai foelie toe en braai oor kole vir 10 - 15 minute.

- Tersia Welthagen

Peuselbroodjies

Vinnig en maklik

Lang rolletjies,'French Bread' of brood

Sny die rolletjies of brood in snye en plaas die volgende daarop: -

Bolaag #1

Rasper die volgende baie fyn - hoeveelhede na smaak - wortel, ui, agurkies.

Meng met mayonnaise en voeg bietjie kerriepoeier, sout en peper na smaak by.

Smeer bo-op broodskyfies en sprinkle bietjie kaas bo-oor.

Plaas onder die rooster element totdat die kaas borrel en goudbruin is.

Bolaag #2

Smeer toebroodjie smeer (sandwich spread) bo-op en sprinkle bietjie kaas bo-oor. Rooster tot goudbruin.

Bolaag #3

Plaas biltongskyfies bo-op die brood en sprinkle met kaas. Rooster tot goudbruin.

Bolaag #4

Die immergewilde tamatie-en-kaas roosterbroodjie, maar sprinkle bietjie ' Portugese Chicken Spice' of 'Cajun Spice' bo-oor die tamatie voordat jy die kaas oorstrooi. Regtig NJAMMIES.

Sop-Brood beskuitjies

Een brood klaar gesny

Pakkie uiesop (Ek het verskeie ander soppoeiers gebruik en almal werk soos 'n droom. {Hein})

Botter/ Margerine

- Meng soppoeier met botter saam en smeer op snye brood. Moenie te veel botter gebruik nie. Sny elke sny in drie repe. Pak in die oond soos jy met beskuit sal doen. Droog soos beskuit.
- Dit kan vir kinders gegee word i.p.v lekkers.

{Ek gebruik dagoud brood. Sny dikkerige snye, sny snye in drie en smeer botter mengsel reg rondom. Droog in mikrogolf op bord teen een minuut op slag tot droog/hard genoeg.)

Broodjiesmeer

Neem 500g hoenderlewers en kook saam met 500g spek in water tot sag.

Maal fyn en voeg 'n blikkie geroomde sampioene by.

Indien verkies kan Tobascosous, peper en/of sout of ander geurmiddels na smaak bygevoeg word.

Eiervulsel

Meng hardgekookte eier wat fyn gekap is, met gekookte slaaisous of mayonaise.

Voeg sout en peper by na smaak

Kaasvulsel

Meng gerasperde kaas met aangemaakte mosterd en gekapte pietersielie en voeg sout en peper by na smaak.

Eier-kaasvulsel

Meng gekapte, hardgekookte eiers met gerasperde kaas. Voeg slaaisous by om dit te bind en sout en peper na smaak.

Sardientjievulsel

Meng fyngemaakte sardiens met die hardgekookte geel van eiers. Voeg suurlemoensap, sout en peper by na smaak. maak dit klam met gesmelte botter of olyfolie.

Salmvulsel

Meng fyngemaakte salm met suurlemoensap en slaaisous en voeg sout en peper by na smaak.

Hoendervulsel

Meng gemaalde, gaar hoendervleis met gerasperde pynappel en voeg slaaisous, sout en peper by soos nodig.

Tamatiesousvulsel

Meng gerasperde kaas met tamatiesous. Geur met uiesap soos nodig.

Roomkaasvulsel

Meng roomkaas met een van die volgende: gekapte, gevulde olywe, gekapte neute, gekapte pietersielie, gerasperde pynappel, gekapte rosyne, fyngekapte ham of hoendervleis, gekapte gemmerkonfyt

Grondboontjiebottervulsel

Maak grondboontjiebotter klam met slaaisous en meng dit met gekapte dadels, rosyne of droë vye.

Komkommervulsel

Gekapte komkommer gemeng met slaaisous, sout en peper.

- Danie – Egafrikaans

Gepeperde Hoederlewers

(Amalia)

Braai 1 gesnyde ui in 30 ml olyfolie tot sag

Voeg 2 fyngekapte knoffelhuisies en 225 g hoenderlewertjies by en soteer tot lewers gaar is

Voeg 2 ml droë salie, 5 ml sout, 5 ml peper en 'n knippie pimento (allspice) by

Druk grofweg fyn met 'n vurk en pak op snytjies geroosterde brood en rond af met ekstra gebraaide uie en grasuie

- Danie – Egafrikaans

Kitssouthappie

(Amanda Viljoen)

1 blikkie soutvleis

15 ml Royal bakpoeier

2 eiers

melk en water gemeng, genoeg om slap deeg te vorm

500 ml meelblom

sout

olie

gekapte pietersielie

- Maak vleis fyn met vurk en voeg meel, bakpoeier, geklopte eiers, sout en pietersielie by vleis.

- Meng met water en melk tot slap deeg. Verhit olie in diep kastrol.
- Gooi lepelsvol van vleismengsel in olie; dit draai self om.
- Braai tot bruin en laat afkoel.
- Gekapte uie kan ook bygevoeg word indien verkies.

- Danie - Egafrikaans

Melkkos

(Hesma)

125 g spaghetti, in korter stukkies gebreek (ek gebruik sommer macaroni)

150 ml koekmeel

5 ml sout

50 ml witsuiker

1l melk

3 ekstra groot eiers, geskei

50 ml margarien

3 ml vanieljegeursel

1 ml amandelgeursel (ek sit dit nie in nie)

- Kook die spaghetti in genoeg vinnig kokende soutwater tot gaar en dreineer
- Meng die droe bestanddele en meng met 250ml koue melk. Klits die eiergele en voeg by
- Verhit die res van die melk en die botter. Voeg 'n klein bietjie hiervan by die meelmengsel en roer dan alles by die res van die melk
- Verhit oor lae hitte tot die mengsel kook en verdik. Roer gedurig om te verseker dat die eiers nie skif op die bodem nie. Voeg die spaghetti by
- Klits die eierwitte tot dit sagte punte vorm en vou saam met die vanielje- en amandelgeursel by die gaar melkkos in.
- Strooi kaneelsuiker oor en dien op in sopborde met ekstra suiker indien verkies
- Genoeg vir 4 mense (Ek maak dit sommer in die mikrogolf - baie minder kans vir flops)

Melkkos 2

(Zania)

500ml melk

2 eetl (maw 50 ml) koekmeel

2 eetl margarine

bietjie sout

- Klits alles goed in 'n bak en sit dan in die mikro - 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. Lekker eet.

Danie - Egafrikaans

Wasgoedbondeltjies

(Amanda Viljoen)

3 koppie meelblom

1 eier

sout

113 gm (1/4 lb.) margarien

1 teel bakpoeier

Kouewater

- Sif droë bestanddele en vryf margarien in meel. Klits eier goed, voeg by meel asook water tot dit kan uitrol. Rol dun uit, sny vierkante.
- Sit vleisvulsel in middel en vou toe.
- Steek vas met kruienaeltjie. Braai bruin in olie.

Vleisvulsel:

250 gm (1/2 lb.) gemaalde vleis

1 1/2 huisie knoffel of knoffelsout (1/4 teel)

2 teel olie

gekapte pietersielie

1 teel kerrie

1/2 ui gerasper

- Braai ui en knoffel en voeg ander bestanddele by.

Gerda de Swardt

Braaibroodjie

Genoeg vir een broodjie.

Twee dun (maar nie te dun nie) snye witbrood

Botter

1 x medium grootte wit ui

1 x medium grootte tamatie

Blatjang (Chutney) – gebruik sommer "Mrs. Balls"

Sout en Peper na smaak

- Kaas – 'n paar snytjies dun gesny ('n smaak tussen cheddar en soetmelk – die smaak van die kaas moet nie oordonderend wees nie)
- Gare of baie dun tou om die broodjie mee vas te bind
- 'n Vuur wat lekker brand
- 'n Koue drankie byderhand

Voorbereiding

- Neem 'n slukkie van daardie lekker koue drankie en sit jou glas neer.
- Smeer die twee snytjies brood met 'n dun lagie botter aan beide kante.
- Sit hulle nou op 'n bord neer en pak dan die een sny met, eers 'n lagie tamatie, dan 'n lagie uie en dan 'n lagie dun gesnyde kaas – dit moet die oppervlakte van die broodjie dek.
- Strooi nou so 'n klein bietjie sout en peper na smaak op en smeer dan die blatjang bo – op.
- Plaas die ander snytjie brood daarop met die botterkant na onder. Bind die gare of dun stukkies tou in 'n kruisvorm om die broodjie sodat die broodjie nou stewig vas is.

- Plaas die broodjie in jou spesiale rooster of sommer bo-op (jy kan 'n eierspaan gebruik om dit om te draai)

Gaarmaak

- Gooi vir jou solank nog 'n drankie in. Krap 'n paar kole eenkant toe en toets die hitte asseblief ordentlik want die kole moet minder as medium warm wees, anders gaan jy jou broodjie verbrand.
- Plaas nou jou rooster (met die broodjie) op 'n staander of bakstene op die kole – dit moet hoog genoeg van die kole af wees om nie te brand nie.
- Hou hom baie mooi dop en neem solank nog 'n slukkie van daardie drankie wat jy nou nou al ingegooi het, want hierdie ding moet mooi beskou word.
- Kyk, jy wil hê die broodjie moet goudbruin en kraaksmaaklik daar uitkom. So die broodjie moet stadig braai – dis die geheim. Die kaas moet eers smelt, voor die broodjie begin bruin word aan die buitekant.
- Hou hom daarom mooi dop en draai dan om sodat hy net so mooi goudbruin aan die anderkant kan word.

Groente disse

Ons het na so 2 weke in die wildtuin altyd baie lus begin word vir groente maar wou dit natuurlik op die vuur gaarmaak so ver moontlik. Ek het die volgende twee resepte;

Kool in Tinfoil

1 medium groote koolkop

125ml regte botter

1 houertjie room

Aromat

1 koppie kaas in skywe gesny

- Verwyder die buitekantste blare. Sny die koolkop in skywe so 3cm uitmekaar soos wat jy 'n knoffelbrood sal sny. Moenie deursny tot onder nie. Die koolkop moet nog onder aanmekaar wees.
- Sny die botter in skywe en pak in die gleuwe saam met die kaas onderskeidelik. Sprinkel mildelik met Aromat, knoffelsout of enige ander geurmiddel waarvan jy hou. Gebruik nou twee lang stukke swaar foelie en plaas dit oormekaar in die vorm van 'n kruis. (Blink kant binne) Vou die kool nou versigtig toe en maak seker daar is nerens 'n gaatjie nie. Los net 'n klein opening aan die bo-kant. Gooi nou die room by die opening in en maak die kool deeglik toe. Dit is belangrik dat die kool baie goed toegedraai is. Gebruik meer foelie indien nodig. Sit die koolkop nou in die kole en bak so ongeveer 'n 1uur. Die kool sal heerlik sag wees en is 'n treffer. Tot die kinders eet kool!
- Vir variasie kan jy gebraaide spek en sampioene ook bysit. Heerlik

- Marina Botha

Groente Pot

1 blik soetmielies

1 pakkie murgpampoentjies

1 gerasperde ui

sout en peper

4 eiers

1 koppie koekmeel

300 ml Melk

- Meng die meel, eiers, melk, sout en peper om 'n dun beslag te maak. Sny die murgpampoen in skyfies en meng dit saam met die mielies in die meelmengsel. Smeer 'n platboom gietysterpot met 'n bietjie botter en giet die mengsel daarin. Sit die pot tussen 'n paar kole en plaas ook 'n paar kole op die deksel. Toets na 30min en bak langer indien nie mooi gaar.
- Vir variasie kan jy enige groente wat jy het ook byvoeg. Gerasperde wortel, gerasperde aartappel fyn gesnyde boontjies, groenrissie, pattats ens. Dit is heerlik.

- Mariaan Wentzel

Spesiale Groente vir Braaivleis

Dagsê, ons is ook baie lief vir kampeer en ek hou van afwisseling as dit by kos kom, want om vir twee weke net braaivleis te eet, raak naderhand 'n bietjie dik om te sluk. Ek mis veral my groente, en ek deel dan graag met jou my idees vir groente as ons kamp.

1. Ek vat **mielies** (nie die blikkies nie, die op die stronk) en draai 'n repie bacon om hulle. Dan draai ek hulle toe in alluminium foelie en rooster dit op die kole. Partykeer vat ek sosatiestokkies en dan ryg ek klein uitjies, klein aartappeltjies, sampioene, murgpampoentjies en patty pans op die stokkie. Dis nogal lekker as jy hier ook so 'n repie bacon omdraai, en dan weer in die foelie, en op die rooster.

2. My kinders is ook mal oor die **spinasie** wat ek maak.

   Braai die volgende saam in bietjie olie en 2 eetl. margarien, in 'n platboompot:

   2 groot uie (fyngesny)

   2 pakkies sampioene (gekerf)

   1 pakkie bacon (fyngesny - opsioneel)

   - Skep uit en voeg 2 bossies spinasie (Fyngekerf en goed afgespoel) by die olie wat in die pot is. Roerbraai tot die spinasie begin sag word.
   - Meng 1 houertjie room met 1 pakkie Potato Bake (sour cream & chives is nogal lekker) en voeg dit by die spinasie.
   - Kook tot die begin verdik. (Jy kan ipv die room ook gewone melk gebruik, veral as jy in die boendoes is, werk langlewe melk net so goed.)
   - Wat ek baie keer doen as ons gaan kamp, dan sny en braai ek klaar vooraf my greenpeppers en my sampioene, en dan sit ek dit in plastiese sakkies wat ek dan "vacuum seal" en dan vries ek dit, en dan kan ek dit gebruik soos wat ek dit nodig het, en as die greenpeppers en die sampioene nou so klaar gekerf van gebraai en verseel is, dan vat dit baie minder plek ook in die vrieskas as wanneer jy die heel groente sou saampiekel.
   - Ons het al tot fondue gehou so rondom die kampvuur. En 'n lekker Chinese braai is ook lekker. Ek kerf en blansjeer dan ook my groente klaar vooraf by die huis en "vacuum seal", en vries dit.

- Sharon du Plessis

Devil's Fork Sampioene

1 bottel Spur Bruin Braaisous

1 pakkie of meer sampioene

- Sit sampioene in 'n bak.

- Gooi Spur sous oor die sampioene. Marineer sampioene ten minste 2 dae.
- Ryg sampioene in stokkies en braai oor matige hitte.
- Terwyl sampioene braai verf van die sous mildelik oor.

- Sharon du Plessis

Groentepakkies

- Pak gemengde groentes in stukke bv. baby marrows, klein mielies, blomkool, butternutstukke, ens. op 'n stukkie foelie.
- Meng margarien met neutmuskaat, komyn, sout en peper en plaas klontjies bo-op die groente.
- Vou foelie stewig toe om die groente en rooster die groente oor matige kole tot sag.

Groentegereg

1 pak gevriesde gemengde groente (kool, broccoli, boontjies en wortels)

1 houer vars room of suurroom

1 pakkie Patato Bake (Sour Cream & Chives)

Melk

Gerasperde kaas

Rooipeper

- Verhit die oond tot 180°C - indien op vuur moet die vuur nie te warm wees nie, aangesien dit langer neem om gaar te word. Kook groente tot amper sag met kruie na smaak (ek gooi sout, peper en Robertson se Veggie Sprinkle en bietjie knoffel in). Meng die room en Patato Bake en voeg melk by om dunner te maak indien nodig (jy kan ook 'n bietjie kaassmeer by roer). Gooi groete in oondvaste bak of bak wat jy op vuur kan plaas.
- Gooi vloeistof bo-oor. Strooi gerasperde kaas en rooipeper oor en sit in oond of maak toe met foelie en plaas eenkant op vuur. Groente is reg as die sous verdik het en die kaas gesmelt is - toets groente - dit moet sag wees. Jy kan die oond afdraai na 160°C indien die groente nie sag genoeg is nie

Cowboy pasta

Hierdie gereg kan binne 30 minute voorberei word en is ideaal as al die vleis al op is.

2 kg Pasta

4 teelepels sout (vir pasta)

5 blikkies boeliebief (in klein blokkies gesny)

3 blikkies tamatie en uiesmoor

3 blikkies pitmielies of geroomde suikermielies

4 uie en green pepper in repies gesny (opsioneel - braai apart in olie)

sout, peper en ander smaakmiddels

- Kook pasta gaar. Voeg alles daarby in en laat deurwarm word vir nog 15 minute. Bedien dadelik.

*- **Ina***

Groente bygereg vir braai

Neem 'n groot stuk foelie en sit vars groente van jou keuse, opgesny, in die middel. (Uie, wortels, patats, kool.....)

Gooi 'n koppie of twee wyn oor en kruie na smaak.

Vou toe en bak oor matige vuur vir sowat 30 min. - draai "pakkie" so twee maal om gedurende hierdie tyd.

Groente kan net so voorgesit word, of vir variasie, maak die pakkie oop en los aan kant van vuur, gooi 'n handvol gerasperde kaar bo-oor en bedien sodra kaas gesmelt het.

Heerlik!

Danie - Egafrikaans

Soetpatatresep

3 groot patats (geskil en in dik skywe gesny)

3 x eetlepels botter

½ koppie suiker

½ koppie melk

½ koppie water

½ teelepel sout

½ teelepel koeksoda

2 teelepels suurlemoensap

- Roerbraai botter en suiker tot karamel. Voeg melk, water, sout, kremetart en suurlemoensap by (roer deur en oppas dat die mengsel nie oorkook nie).
- Sit skywe patats in die sous en sit die deksel van die kastrol op. Draai plaat laag en laat patats kook tot sag, maar steeds souserig. Bedien saam met kerrievleis of hoender en natuurlik saam met snoek is dit heerlik!

Danie - Egafrikaans

Pampoenkoekies (1923)

2 koppies fyn pampoen

1 eetlepel botter

half teelepel sout

kwart teelepel peper

geel van een eier

2 eetlepels meel

- Bak, kook of stoom die pampoen tot gaar. Druk deur 'n sif. Gooi botter, sout, peper en geel van 'n eier by.
- Vorm klein frikkedelletjies, steek in eier en broodkrummels en braai in vet.

Rene Laten

Pampoen Reseppie

Butternuts

Patats

Baby Marrows

1 Pak bruin uiesoppoeier

1 Pakkie room

- Skil pampoene en meng deurmekaar, gooi soppoeier bo-oor en meng deur.
- Dan volg die room. Maak gaar tot pampoen sag is en sousie lekker dik is.

Gerda de Swardt

Bosveld warm patat in foelie op die vuur

Een klein tot medium patat per persoon

Tinfoil (Foelie)

Botter

Growwe peper / peperkorrels

Growwe sout / soutkorrels

Extra Virgin Olyfolie

Een suurlemoen

'n Paar takkies vars tiemie

- Was die patats skoon en droog af (hou die vel aan)
- Neem 'n vurk en steek so 'n paar gate in die patats reg rondom
- Plaas die patats elkeen op 'n stuk foelie (blink kant na binne)
- Drup so klein bietjie olyfolie op elke patat
- Smeer so bietjie botter op elke patat
- Sny die suurlemoen in die helfte en druk 'n klein bietjie sap op elke patat
- Meng die sout en peperkorrels en maal dit fyn – strooi op die patats
- Plaas een takkie vars tiemie saam met die patat op die foelie
- Draai die patats goed toe in die foelie – moenie dat die tiemie uitval nie, want dit bring so 'n lekker geurtjie en smakie daarby.

<u>Gaarmaak</u>

- Steek jou vuurtjie aan die brand – onthou gebruik net lekker goeie hout vir kole, soos Sekelbos, Mopanie of Rooibos. Los maar die Hardekool vir eers uit, hierdie mooi bome van ons raak darem nou te skaars.
- Jy het twee keuses. Jy kan die patats of op 'n rooster op die vlamme sit, of dit reg langs die vuur / kole sit. Baie mense verwoes patats of selfs aartappels in foelie, as hulle dit onder by die vuur of kole sit, want hulle laat die vel brand en dan is dit glad nie lekker nie.
- My keuse is om die patats in foelie op 'n rooster bo op die vlamme te sit – so aan die buitekant van die rooster. Draai gereeld om met 'n goeie braaitang. Op hierdie manier reguleer jy die hitte beter. Jou kole sal redelik gou reg wees en op die manier kan jy die wors dan ook bo op die rooster sit, met die patats wat al amper gaar is aan die buitekant van die rooster – sodoende bly die patats warm – en as jou wors gaar is, dan is jou patats ook al klaar gaar en nog stees warm gehou.
- As jy die patats reg gaargemaak het, sal die vel ongeskonde wees en jou patat deurgaar en lekker sag, geurig en smaaklik.

Nagereg

Souskluitjies

5 eiers, geskei

5 el koekmeel

5 el suiker

5 k melk

Sout

- Verhit ±4 k melk tot kookpunt. Klits eiergele en meng met meel, suiker, sout en orige melk tot glad. Roer stadig by kook melk. Meng goed om klonte te voorkom.
- Verlaag hitte en klits eierwitte styf.
- Verwyder van hitte en vou eierwitte by deegmengsel in.
- Skep lepels vol in bak en voeg oor elke laag kaneelsuiker en klontjies botter tussenin.

Liplekker trifle

1 wit rolkoek (swissrol)

blikkie vrugte (fruit cocktail/fruit salad)

neute van jou keuse

boksie vla (of tuisgemaakte afgekoelde vla)

soet wyn

groen en rooi jellie aangemaak en gestol (of enige ander kleur)

- Sny rolkoek in skywe. Pak in bak. Gooi bietjie soetwyn oor die rolkoek asook van die vrugte en neute. Sit van die gekleurde jellie bo-op en gooi van die vla op. Pak lae op mekaar tot alles klaar is. Versier met vars room en plaas in yskas vir omtrent 'n uur. Geniet!

Goue Genot

2 dik snye witbrood in repe gesny

1 e vanieljegeursel

1 k melk

2 e botter of margarien

2 e goue stroop

1 klein blikkie room

- Week die brood in die geursel en melk. Smelt die botter en stroop in 'n pan en braai die broodrepe tot goudbruin, maar steeds sag. Sit warm voor met room.

Tien-minuut-poeding

1/3 k margarien

1/3 k appelkooskonfyt

1 t koeksoda

1 k meel

1 e asyn of droë wit wyn

<u>Stroop</u>

1 t gemaalde kaneel of gemmer

1 k suiker

3 k water

Langleweroom, vla of jogurt.

- Kook stroopbestanddele in 'n kastrol wat minstens drie liter hou.
- Smelt margarien in 'n ander kastrol, voeg konfyt by en meng koeksoda by mengsel in. Haal van hitte, voeg meel en asyn/wyn by.
- Dompel lepels vol van mengsel in stroop. Prut vir tien minute met deksel op totdat dit dik, bruin en taai is. Sit voor met room, vla of jogurt. ***- Wilna Rocher***

Maklike Tert

Ons kamp ook gereeld. Ek het 'n baie maklike tert wat ons nogal gereeld maak.

1 blikkie caramel kondensmelk

3-4 piesangs

pak tennis beskuitjies

- Meng die kondensmelk en piesang. Pak die tennis beskuitjies in 'n bak, gooi die helfte van die kondensmelk piesang mengsel op die beskuitjies, pak weer 'n laag beskuitjies en gooi die res van die mengsel bo-op.
- Sit in yskas en laat stol, sit voor met room.
- Dit is heerlik, ek sal alleen so 'n bak terk opeet.

- Amanda Prinsloo

Mikrogolf sjokoladekoek

375 ml Strooisuiker

500 ml Meel

125 ml Kakao

Knippie Sout

15 ml Bakpoeier

Sif bg. bestanddele 3 X deur sif.

4 Ekstra groot eiers (geskei – wit styf geklop)

125 ml Sonneblomolie

5 ml Vanieljegeursel

- Meng alles saam. Voeg 250 ml warm water laaste by vloeistofmengsel.
- Voeg meelmengsel bietjie vir bietjie by vloeistof. Klop met klitser op laagste spoed.
- Vou eierwitte by.
- Gooi in 2 roomysbakke (baie goed met olie gesmeer).
- Mikrogolf vir 12 – 14 minute by 70% krag. Halveer met garedraad en versier.
- Meng pepermentsjokolade met versiersuiker vir bo-op.
- Ek plaas die een maar onder nagereg en as dit werk gaan dit goedkoper as cape Velvet of Amarula wees :-)

Tuisgemaakte "Cape Velvet"

375 – 500 ml brandewyn

1 blik kondensmelk

1 blik ingedampte melk

5ml vanilla essens

15ml kitskoffie korrels – opgelos in klein bietjie water

500ml cremora melk (maak aan volgens aanwysings op houer)

- Meng alles saam en verkoel.

Danie - Egafrikaans

Koue Sagopoeding

4 koppie melk

1 koppie melk

4 eiers

1 koppie kookwater

1 koppie sago

1 koppie suiker

1 p. Jellie

- Kook 4 koppie melk en sago saam. Meng orige melk, suiker en eiergele en voeg by sagomengsel.
- Los jellie in kookwater op en voeg by mengsel.
- Klop wit van eier styf en vou in. Plaas in yskas.

- ***Amanda Viljoen***

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 ¼ botter
- Giet mengsel bo-oor kors en plaas in yskas om te stol.

- ***Lorette Grové [Danie – Egafrikaans]***

Ongekookte Vla

150 ml Vlapoeier

bietjie koue water

1 L kookwater

1 blik kondensmelk

10 ml vanielje essens

- Gebruik water om die vlapoeier mee te meng tot 'n loperige pasta.
- Gooi kookwater ook net nadat dit gekook het by en roer tot mengsel egalig is.
- Gooi blik kondensmelk by en roer.
- Voeg nou die essens by en meng goed.

- Hester Henning

Gemmerpotjiepoeding

Sous

Gooi die volgende in 'n groot kastrol:

3½ kop water

1¼ kop suiker

2 teel gemmer

- Roer terwyl dit warm word tot suiker opgelos is en kook dan vir 'n paar minute

Beslag

½ kop margarien

½ kop appelkooskonfyt

2 teel koeksoda

1½ kop koekmeel

knippe sout

- Smelt margarien & konfyt saam - Haal van stoof af
- Voeg koeksoda, sout & meel by - Meng deeglik
- Skep teelepelsvol in kokende stroop
- Sit plaat op laag en prut vir ± 20 minute
- Bedien met dun vla of roomys

Variasies:

- Voeg 'n koppie gesnipperde dadels by die konfyt en margarien
- Gemmer kan weggelaat word

Danie - Egafrikaans

Heerlike pannekoek

1 koppie meel

1 eier

¼ koppie olie

1 teelepel bakpoeier

2 koppies water

½ eetlepel asyn

Sout na smaak

- Klits eiers en water saam. Sif meel, sout en bakpoeier saam, en voeg by. Voeg olie by.
- Meng en bak. Dit is nie nodig om nog olie in die pan te gebruik nie - die olie is reeds in die beslag. Geniet dit!!!

Danie - Egafrikaans

Gebakte piesangs

Kooktyd: 20 minute

Temperatuur: 375°F of 190°C

4 - 5 porsies

8 klein piesangs

40g botter

1 suurlemoen (sap)

3 eetl gekerfde klapper

3 eetl sagte bruinsuiker

3 eetl rum of van der Hum

- Skil piesangs en, indien groot, halveer. Plaas langs mekaar in gebotterde vuurvaste bak sodat hulle styf teen mekaar lê. Sprinkel eweredig met suurlemoensap, dan klapper, daarna suiker en uiteindelik rum. Sit klontjies van oorblywende botter bo-op en bak in die middel van voorafverhitte oond.
- Bak totdat piesangs sag is en die gereg bo-op `n diep goue kleur het.
- Dien op met dun room.
- Gooi ekstra eetlepel rum in 'n verhitte lepel, flambeer en dien piesangs brandend op.

Danie - Egafrikaans

Jogurttert

500 ml Jogurt (enige geur waarvan julle hou)

1 blik kondensmelk

1 pak Tennis beskuitjies

Botter

- Maak beskuitjies fyn vir kors en meng met gesmelte botter.
- Meng Jogurt en kondensmelk goed.
- Gooi oor kors en sit in mikrogolfoond vir 4 min. op hoog.
- Sit in yskas vir ± 1½ uur.

Danie - Egafrikaans

Slaai/Nagereg

Hier is die heerlikste resep vir 'n slaai of nagereg [jy moet maar self besluit wat vir 'n ding dit is na jy dit klaar geëet het]

2 x 150g Malvalekkers.

1 Blikkie fyn pynappel ["crushed pineapple"]

175 ml grenadella joghurt.

- Sny malvalekkers in kwarte. Meng al die bestanddele saam.
- Laat staan oornag en geniet dit die volgende dag. [Dit is net so bietjie lekkerder as heerlik]

Danie - Egafrikaans

Cremora tert

3 koppies Cremorapoeier

1½ koppies kookwater

1 blikkie kondensmelk

halwe koppie suurlemoensap

1 pakkie Tennisbeskuitjies

- Meng 3 koppies Cremorapoeier op 1½ koppie kookwater saam. Laat afkoel (sit in vrieskas verkieslik)
- Klop met klitser tot styf.
- Voeg die kondensmelk by en direk daarna suurlemoensap.

- Skep in twee tertborde wat met tennisbeskuitjies uitgepak is.
- Krummel van die beskuit wat oor is, oor die tert.
- Dit is beter as u 'n vierkantige bak gebruik. Verskillende lekkernye kan bo-oor gesit word.
- Ek het hierdie gebruik as 'n nagereg vir 'n braai. Saam met die tert het ek spanspek gegee.

- Gerda de Swardt

Halwe pere met joghurt en roomkaas vulsel

Jy kan die gereg voorsit as voorgereg of selfs 'n nagereg. Een blikkie halwe pere is genoeg vir 4 mense, so as jy meer mense onthaal, pas die resep aan.

Een blikkie halwe pere

Een klein houertjie Bulgaarse joghurt of net gewone plein joghurt

Gewone of gladde roomkaas oftewel “smooth cream cheese”, nie die “chunky of growwe soort nie.

Blou Kaas

Fyngestampte Pecan neute

Rooi kersies of peppadew na keuse

Mint blare

- Meng die bestanddele goed en skep met 'n lepel op elke halwe peer.
- Skep genoeg op.
- As jy wil kan jy so bietjie van die fyngekapte pecan neute bo-op strooi.
- Om dit so bietjie interressant te laat lyk en kleur te gee plaas een kersie of een peppadew op die mengsel bo-op elke peer en langs die kersie een of twee mint blare.
- Daarsy. Sit dit voor en geniet.