

# Resepte Vir Vleis.

---

## Inhoud.

---

Raap en skraap  
Beestong met mosterdsous  
Bief-en-varkworskasserol  
Blitsige kerriekos  
Blitsige Maalvleis-en-bone Kerrie  
Frikkadelle  
Gesmoorde beesstert  
Geurige oondgebakte hoender en rys  
Groenboontjebredie  
Wasgoedbondeltjies  
Lewer bobotie met appel  
Anderse pap en wors  
Kaapse kerrie  
Bobotie in die mikrogolf  
Lewerkoekies  
Kampkerriekos  
Lewer in netvet (Skilpadjie)  
Ouderwetse lampastei  
Ingelegde vis  
Worsgebak  
Hoenderlewer met byt  
Wildsvleisbobotie  
Doodeet worsgereg  
Souserige beesstert  
Suikermieliebredie  
Boeliebief skywe

---

### Raap en skraap (dis nou my soort kos, dié)

|  |                               |
|--|-------------------------------|
| 4 dik snye brood (wit) korsies afgesny   | 500 ml kookmelk               |
| 1 blik geroomde suikermielies van 410g   | 3 eiers geklits               |
| 1 blik weense worsies van 375g gedreineer en fyngefnny of koue ham - 2 koppies fyngefnny | sout en peper na smaak        |
| 5 ml mosterdpoeier   | 25 ml fyngekapde pietersielie |
| 15 ml gerasperde ui  |                               |
| 100 g (250ml) gerasperde kaas  |                               |

Stel oond op 180°C (350°F). Week brood in kookmelk en roer fyn met vurk. Roer res van die bestandele behalwe helfte van kaas bo-oor en bak 40 minute. Dun skyfies tamatie kan bo-op kaas geplaas word en dan met aromat gegeur word voordat dit in die oond geplaas word.

---

## Beestong met mosterdsous

1 kg beestong  
1 klein geelwortel  
knippie sout  
2 heel naeltjies

1 klein ui  
vars seldery of pietersielietakkies  
4 peperkorrels

### Sous

125 ml suiker  
30 ml koekmeel  
250 ml mayonnaise  
sap van 1 suurlemoen

60 ml mosterdpoeier  
250 ml kookwater  
125 ml witasyn

Kook die tong met die groente, geurmiddels en speserye tot sag. Verwyder die buitenste membraam en oortollige vet. Laat afkoel. Sny in skywe en pak in 'n oondvaste bak. Stel oond op 160°C. Vir die sous: Meng die droë bestanddele saam en voeg die res - buiten die broodkrummels - by. Kook stadig deur oor lae hitte. Giet sous oor skywe vleis in bak en strooi vars broodkrummels oor. Bak 25 - 30 minute.

Wenk: Die gereg vries maklik en kan net voor opdiening teen 'n lae hitte ontdooi word. Sit voor met 'n lekker bros slaai.

---

## Bief-En-Varkworskasserol. (4-6 Porsies)

600 g stowebeesvleis.  
25 ml olie.  
1 appel.  
250 ml biefaftreksel.  
6-8 naeltjies.  
12,5 ml gekapte pietersielie.

150 g klein varkworsies.  
1 ui. 3 selderystingels.  
25 g meelblom.  
250 ml sider.  
3 suurlemoenblare( of vars lourierblare)

Verwyder vet van vleis en sny in blokkies. Sny worsies in twee. Verhit olie en braai vleis en worsies bruin. Skil en sny uie in skywe. Kap seldery. Ontkern appel en sny in skywe. Sprinkel meel oor vleis en roer goed. Giet aftreksel en sider oor en voeg seldery, uie, appel, naeltjies, suurlemoenblare en smaakmiddels by. Plaas in kasserol met deksel en bak 1 1/2uur in oond van 180 grade C tot sag. Garneer met pietersielie.

---

## Blitsige Kerriekos

6 Snye brood  
1 Groot ui, gekap  
1 Rooi soetrissie, in blokkies gesny  
5 ml (1 t) borrie  
45 ml (3 e) blatjang  
125 ml (½ k) melk

Bietjie olie  
250 g (1 pakkie) spek  
300 g (1 blikkie) soutvleis, fyn gemaak  
30 ml (2 e) vars pietersielie, gekap  
4 eiers, geskei  
250 ml (1 k) cheddar, gerasper

Stel oond op 180°C. Verhit olie in pan en sorteer ui tot sag en deurskynend. Voeg spek by en roerbraai tot gaar. Voeg soetrissie by en roerbraai verder. Verwyder pan van hitte en roer soutvleis, kerrie, borrie, pietersielie en blatjang by. Plaas 'n laag gesnyde brood in gesmeerde oondbak en skep soutvleis bo-op. Maak bokant gelyk. Klits melk en eiers en giet oor gereg. Sprinkel gerasperde kaas bo-oor. Bak 30 min of tot kaas bo-op goudbruin is.

---

## Blitsige Maalvleis-en-bone Kerrie

Hierdie resep is 'n staatmaker wanner die finansies soms min is en die gebakte bone redelik

goedkoop is.

1 ui, gekap  
1 blik gebakte bone in tamatiesous  
sout en peper na smaak

250 - 500 g beesmaalvleis  
kerrie na smaak  
olie

Soteer die ui in die olie tot sag. Voeg die kerriepoeier by en braai vinnig. Voeg die maalvleis by en braai tot bruin. Voeg bone en smaakmiddels by en bring tot kookpunt. Bedien saam met rys en mengelslaai en jou gunsteling 'chutney' (blatjang).

---

### Frikkadelle

1 kg maalvleis.  
1 aartappel, fyngerasper.  
1/4 kop. melk.  
2 eetl. tamatiesous.  
2 eetl. bladjang.  
bietjie peper.  
2 tl. gemengde speserye.  
2 tl. Aromat.

2 uie, fyngerasper.  
4 snye witbroodkrummels.  
2 eiers.  
2 eet. worcestersous.  
1 tl. sout.  
2 tl. knoffelsout.  
1 tl. kerriepoeier.  
1 eetl. suurlemoensap.

Meng alles goed. Maak balletjies en bak in kookolie teen 180 Grade C, aan albei kante tot gaar.

---

### Gesmoorde Beesstert

1 beesstert, opgesny.  
2 uie, in skywe gesny.  
3 selderystingels, in 5 cm. stukke gesny.  
500 ml. vleisaftreksel.  
sout en peper na smaak.

olie vir braai.  
2 wortels, geskraap en in kwarte gesny.  
15 ml. koekmeelblom.  
bouquet garni.

Braai vleis in swaar-boomkastrol in vet tot goed bruin aan alle kante. Skep uit en hou eenkant. Braai uie, wortels en selderye in dieselfde kastrol tot effens bruin. Roer meelblom in, gooi vloeistof by en laat opkook. Geur met kruie en geurmiddels. (bouquet garni) Skep groentemengsel in vuurvaste kasserolbak, skep vleis op groente, plaas styfpassende deksel op en bak omtrent 1 1/2 tot 2 uur lank in voorverhitte oond van 180 Grade C. of tot vleis sag is. Verwyder bouquet garni sodra vleis van bene begin afval. Dien baie warm op, saam met stampielies of rys.

#### Let wel:

As die beesstert baie vet is, is dit goed om die vleis al die vorige dag gaar te maak, te laat afkoel en dan die soliede vet te verwyder. Verhit goed voor opdiening. Bouquet garni is 'n kruie wat saam in 'n bossie in 'n moeseliën-sakkie toegebind en voor opdiening verwyder word.

---

### Geurige oondgebakte hoender en rys

30 ml kookolie  
sout, swartpeper en gemengde kruie  
1 ui, opgekapt  
2 soetrissies, rooi en groen, in reipe gesny  
375 ml rou rys  
750 ml warm hoenderaftreksel (meer kan gebruik word, indien verkies)

15 ml botter  
ongeveer 2 kg hoenderstukke, skoongemaak  
2 huisies knoffel, gekneus  
250 g sampioene, in skyfies gesny  
1 pakkie sampioenroomsop

Voorverhit die oond tot 180°C en bespuit 'n diep oondskottel met kleefwerende kossproei. Verhit die olie en botter tot warm. Meng die sout, swartpeper en kruie saam en sprinkel oor die

hoenderstukke. Verbruin die hoenderstukke in olie-bottermengsel, skep uit en hou eenkant. Braai die ui, knoffel, soetrissierepe en sampioen-skyfies in die orige panvette vir twee minute. (Indien nodig, voeg ekstra olie by.) Voeg die rys by en braai vir 'n verdere twee minute. Maak die sampioensoppoeier aan met 'n klein bietjie koue water en klits die aftreksel daarby. Skep die rysmengsel en hoenderstukke in die voorbereide oondskottel en giet die warm sop-poeier/aftreksel daaroor. Roer liggies deur, bedek met tinfolie en bak in die voorverhitte oond vir sowat 80 minute tot die hoender en rys sag en gaar is. Pas die geur verder aan, indien nodig. Roer 'n lekker handvol gekapte pietersielie by net voor opdiening. Sit voor saam met 'n groente van jou keuse. Genoeg vir sowat ses mense.

---

### Groenboontjebredie

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| 750 g. skaapnek.                         | 15 ml. koekmeelblom.                |
| 15 ml. olie.                             | 2 uie, gekap.                       |
| 200 ml. vleisaf-treksel.                 | 7 ml. sout.                         |
| varsgemaalde swartpeper, na smaak.       | 750 g. tot 1 kg. groenbone, gekerf. |
| 4 aartappels, geskil en in stukke gesny. | 15 ml. suurlemoensap.               |

Verhit olie in swaarboomkastrol, rol vleis in meelblom en braai tot bruin. Voeg uie by en soteer. Voeg warm vleisaf-treksel en res van bestanddele by, bedek en prut 1 1/2 tot 2 uur lank of tot-dat vleis sag is. Indien verkies kan aartappels met 'n vurk fyngedruk word. Lewer ses porsies.

---

### Wasgoedbondeltjies

|                  |                             |
|------------------|-----------------------------|
| 3 kop. meelblom. | 1 eier.                     |
| sout.            | 113 g. (1/4 lb.) margarien. |
| 1 tl. 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 g. (1/2 lb.) gemaalde vleis. | 1 1/2 huisie knoffel of knoffelsout (1/4 tl.) |
| 2 tl. olie.                      | gekapte pietersielie.                         |
| 1 tl. kerrie.                    | 1/2 ui gerasper.                              |

Braai ui en knoffel en voeg ander bestanddele by.

---

### Lewer Bobotie Met Appel

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 1 dik sny bruinbrood                 | 500 g skaap of beeslewer                         |
| 1 ui, fyngekap                       | 1 groot groen appel, geskil en in blokkies gesny |
| 5 ml borrie 30ml fyn appelkooskonfyt | 2 ekstra groot eiers, geklits                    |
| 2 lourierblare                       | 125 ml melk                                      |
| sout en peper                        | 2 knoffelhuisies, fyngedruk                      |
| 15 ml matige kerriepoeier            | 30 ml blatjang                                   |
| 30 ml suurlemoensap                  | 250 ml melk                                      |

Voorverhit die oond tot 180C. Spuit 'n oondvaste bak van 24x24x5cm met kleefwerende middel. Week die brood in die melk sag en maak fyn. Maak die lewer skoon: Trek die vliese af en sny enige harde senings uit. Indien jy beeslewer gebruik, laat 30 minute lank in lou sout water lê. Sny in blokkies en geur met sout en peper. Braai in verhitte olie tot bruin van buite. Skep uit en

hou eenkant. Soteer die ui en knoffel tot sag en voeg die appel, kerrie en borrie by en roerbraai nog een minuut lank. Voeg die blatjang, appelkooskonfyt en suurlemoensap by en meng. Voeg die gebraaide lewer by en meng goed deur. Skep in die voorbereide oondbak. Klits die eiers en melk goed saam en giet bo-oor. Rangskik die lourierblare bo-op. Bak 30-45 minute lank of tot gaar en gestol. Dien dadelik op saam met gestoofde perskes en rys.

---

### Anderse Pap En Wors

|                                |                             |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 600 g boerewors                | 625 ml water                |
| 200 ml gerasperde Cheddarkaaas | 25 ml rissie-en-knoffelsous |
| 250 ml meliemeel               | sout en peper na smaak      |
| 410 g tamatie-en-uiemoor       |                             |

Voorverhit die oond tot 180C. Spuit 'n ronde, middelslag-oondvaste bak met kleefwerende middel. Hou die wors in 'n spiraal en braai dit in 'n verhitte pan tot bruin en gaar. Verwyder en hou eenkant. Meng die meliemeel met 125ml water. Verhit die res van die water in 'n kastrol en voeg die meliemeel by wanneer die water kookpunt bereik.

Geur met sout en roer tot kookpunt en tot wanner die pap verdik. Prut tot gaar. Roer 'n bietjie kaas by. Skep die pap ui in die voorbereide bak. Skep die wors, steeds in spiraalvorm, bo-op. Verhit die tamatie-en-uiemoor saam met die rissie-en-knoffelsous. Geur na smaak met sout en peper en prut ongeveer 5 minute lank. Skep daarvan oor die wors en strooi die orige kaas oor. Bak 15-20 minute of tot lekker warm. Dien op saam met die orige sous.

---

### Kaapse Kerrie

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 2 uie, in ringe gesny                   | 15 ml vars gemmerwortel, gerasper   |
| 1 heel kaneelstok                       | 6 kardomonsade, gekneus (opsioneel) |
| 1 kg stoweskaapvleis, in blokkies gesny | 15 ml matige kerriepoeier           |
| 15 ml borrie                            | 2 ml neutmuskaat                    |
| 1 ml rooipeper                          | 20 ml suiker                        |
| 4 knoffelhuisies, fyngedruk             | 1 groen soetrissie, in repe gesny   |
| 1 lourierblaar                          | olie om in te braai                 |
| sout en vars gemaalde peper             | 15 ml fyn komynsaad (jeera)         |
| 5 ml fyn koljander                      | 5 ml gemengde kruie                 |
| 410g heel, tamaties, fyn gekap          | sap van halwe suurlemoen            |

Soteer die ui, knoffel, gemmerwortel en soetrissie saam met die heel speserye in 'n klein bietjie olie in 'n groot kastrol tot sag. Geur die vleisblokkies na smaak met sout en peper en braai bietjie vir bietjie tot bruin. Voeg die res van die geurmiddels buiten die suiker by en roerbraai nog vir sowat een minuut. Voeg die tamaties by. Verlaag die hitte en prut en prut tot die vleis sag en gaar en die sous lekker dik is. (Gooi nog 'n bietjie water of hoenderaftreksel by indien die kerrie droogkook.) Geur met suiker en suurlemoensap asook nog sout en peper indien nodig.

---

### Bobotie in die Mikrogolf

|                            |                             |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1 ui (geskil & gekap)      | 30 ml botter                |
| 7 ml sout                  | 2 ml borrie                 |
| sap van 1 suurlemoen       | 1 kg gemaalde beesbinneboud |
| 150 ml sagte broodkrummels | 175 ml blatjang             |
| 100 ml droë wit wyn        | 50 ml fyn appelkooskonfyt   |
| 100 ml melk                | 2 eiers                     |

Mikrogolf ui en botter 4 minute oop by 100 % in ronde tertbak. (25 cm deursnee, 6 cm diep)

Roer na eerste 2 minute. Roer kerrie, sout, borrie, en sap by. Voeg vleis by en roer liggies met vurk. Bedek en mikrogolf mengsel 5 minute by 100% krag. Roer goed om los te maak. Roer broodkrummels, blatjang en wyn by. Bedek en mikro 10 minute by 70% krag. Laat 'n rukkie afkoel. Smeer fyn appelkooskonfyt bo-oor. Klits melk en eiers en giet bo-oor. Mikro sowat 25 minute oop by 50% krag tot eiermengsel gestol is. (Mens kan dit dan in die gewone oond naby die rooster (gril) sit om bo-op mooi bruin te bak.)

---

### Lewerkoekies

|                                  |                         |
|----------------------------------|-------------------------|
| 500 g skaaplewer                 | 4 middelslag aartappels |
| 250 ml gesnyde groenboontjies    | 2 spinasieblare         |
| 1 middelslag tamatie             | 1 ui                    |
| 1 sny brood                      | 3 eiers                 |
| 180 ml ongesif afgemeet meelblom | 15 ml bakpoeier         |
| 10 ml sout                       | 1 ml peper              |

kookolie vir vlak braai.

Trek die vliese van die lewer af en sny die lewer in stukke. Maal die lewer beurtelings met die aartappels, boontjies, spinasie, tamatie en ui. Maal die brood laaste (sodat jy terselfdertyd die meul skoonmaak.) Voeg die eiers by die gemaalde mengsel en meng goed. Voeg die meelblom, bakpoeier, sout en peper by en meng. Skep lepelsvol lewermengsel in vlak warm kookolie en braai dit eers aan die een kant oor matige hitte tot gaar en bruin. Dreineer die lewerkoekies goed op kombuispapier en sit dit warm of koud voor. Hierdie koekies vries goed.

---

### Kampkerriekos

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

Rooster wors tot byna gaar. Hou eenkant warm. Soteer intussen die knoffel en uie in verhitte kookolie. Voeg rissie- en kerriepoeier by en braai effens. Voeg verhitte vleisaftreksel, tamatiepuree, suurlemoensap, 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.

---

### Sardyne met geelrys

|  |   |
|--|---|
| 500 ml rou rys                             | 10 ml borrie                                  |
| sout                                       | 1 ui, in ringe gesny                          |
| 5 ml fyngedrukte knoffel                   | 10 ml fyngerasperde vars gemmer               |
| 1 groen soetrissie, in blokkies gesny olie | 1 tamatie, ontvel en in blokkies gesny        |
| 250 ml bevrore ertjies                     | 1 groot aartappel, geskil & in blokkies gesny |
| 425 g (1blik) sardyne in brandrissiesous   |   |

Kook die rys saam met die borrie en sout in genoeg water tot sag. Dreineer en hou eenkant warm. Soteer die ui, knoffel, gemmer en soetrissie in 'n bietjie olie tot sag. Voeg die tamatie en die aartappelblokkies by en prut tot die aartappel sag en gaar is. Voeg die ertjies en die sardyne asook die rissiesous by en prut tot goed warm. Skep die rys in 'n opdienbord en skep die vismengsel oor. Dien op met 'n sambal van gekapte tamatie, komkommer, gesnyde groen brandrissie en 'n bietjie suurlemoensap.

---

## Lewer bobotie met appel

|  |                               |
|--|-------------------------------|
| 1 dik sny bruinbrood                           | 125 ml melk                   |
| 500 g skaap of beeslewer                       | sout en peper                 |
| 1 ui, fyngekap                                 | 2 knoffelhuisies, fyngedruk   |
| 15 ml matige kerriepoeier                      | 5 ml borrie                   |
| 30 ml blatjang                                 | 30 ml fyn appelkooskonfyt     |
| 30 ml suurlemoensap                            | 2 ekstra groot eiers, geklits |
| 250 ml melk                                    | 2 lourierblare                |
| 1 groot groen appel, geskil, in blokkies gesny |                               |

Voorverhit die oond tot 180°C. Spuit 'n oondvaste bak van 24x24x5cm met kleefwerende middel. Week die brood in die melk sag en maak fyn. Maak die lewer skoon: Trek die vliese af en sny enige harde senings uit. Indien jy beeslewer gebruik, laat 30 minute lank in lou sout water lê. Sny in blokkies en geur met sout en peper. Braai in verhitte olie tot bruin van buite. Skep uit en hou eenkant. Soteer die ui en knoffel tot sag en voeg die appel, kerrie en borrie by en roerbraai nog een minuut lank. Voeg die blatjang, appelkooskonfyt en suurlemoensap by en meng. Voeg die gebraaide lewer by en meng goed deur. Skep in die voorbereide oondbak. Klits die eiers en melk goed saam en giet bo-oor. Rangskik die lourierblare bo-op. Bak 30-45 minute lank of tot gaar en gestol. Dien dadelik op saam met gestoofde perskes en rys.

---

## Lewer in Netvet (Skilpad)

|               |             |
|---------------|-------------|
| netvet        | skaaplewer  |
| 1 ui          | 1 sny brood |
| kruinaeltjies | neutmuskaat |
| sout, peper   |             |

Laat lê die netvet in sterk warm water voor jy die lewer daarin sit, anders kraak dit. Vir elke een skaaplewer benodig mens omtrent 1 1/2 netvet as jy dit in klein porsies gaan oprol om oor die kole te braai. Maal die lewer met die ui, 'n sny brood, speserye, sout en peper. Sny die netvet in 6 cm stukkies. Skep dessertlepelsvol van die gegeurde lewer daarop. Vou die netvet toe om die lewer. Meeste van die vet braai weg en net die lekkerte bly oor. Braai oor 'n stadige vuur of in 'n swaarboompot.

---

## Ouderwetse Lampastei

Bestanddele:

|   |                                    |
|---|------------------------------------|
| 4 pond Lamsvleis (rugstring is heerlik) | 1 glas Wit Wyn                     |
| 2 wit Uie (in ringe gesny)              | 2 hardgekookte eiers en 1 rou eier |
| 1 eetlepel Sago                         | 1 blaartjie Foelie                 |
| 2 onse Botter                           | 'n Paar skyfies Ham                |
| Sap van 1 Suurlemoen                    | 'n Bietjie Wonderpeper             |
| Sout en Peper na smaak                  |                                    |

Metode:

Sny vleis in netjiese stukkies, smoor die uie in die botter, voeg nou al die bestanddele by, behalwe die eiers, sago en suurlemoensap. Stowe nou die vleis tot dit heerlik sag is. Voeg nou 1 eetlepel sago en 'n goeie klont botter by; roer tot die sago gaar is. Klits geel van eiers goed op, klits bietjie water by en dan die suurlemoensap, voeg by die vleis. Gooi nou die mengsel in 'n pasteiskottel. Sny hardgekookte eiers in skyfies en sit op die mengsel. Gebruik skolferkors vir die kors van die pastei en smeer oor met wit van eier. Bak.

Let Wel - 1. Lamsvleis en hoender kan saam gebruik word.

2. Hoender kan ook alleen vir die pastei gebruik word.

---

## Ingelegde Vis

Bestanddele:

6 – 8 pond vars geelbek of enige  
ander geskikte soort vis  
6 groot wit Uie  
2 onse Kerrie  
1 teelepel Borrie  
2 eetlepels Suiker

1 baie klein Rissie, fyn gekap  
12 Naeltjies  
2 eetlepels goeie Blatjang  
Sout  
2 – 3 pinte goeie Asyn

Metode:

Maak vis skoon en sny in mote. Sprinkel sout oor en bak in warm vet. Sny uie in ringe en smoor. Meng al die ander bestanddele en kook op in die asyn, voeg ook die gesmoorde uie by om sag te kook. Sit nou die gebakte vis in in erdekan of iets dergelyks en gooi die gekookte asynmengsel oor.

Let wel – Vis moet goed bedek wees met die asynmengsel.

---

## Worsgebak

30 ml sonneblomolie  
1 groen soetrissie, ontpit en gekap  
2 ml borrie  
15 ml blatjang  
2 ml peper  
1 x 410 g blik appelkooshelftes  
gekapte grasuie vir garnering

1 ui, gekap  
10 ml matige kerriepoeier  
500 ml kookwater  
5 ml sout  
500 g rou boerewors, in 4 cm-stukkies gesny  
300 g rou rys (375 ml)

Verhit die olie in 'n swaarboompan, braai die uie en soetrissie tot sag en deurskynend, ongeveer 5 minute. Voeg die kerriepoeier by en roerbraai 'n verdere minuut. Voeg die kookwater, sout en peper en blatjang by, verhit tot kookpunt, verlaag die hitte en laat 2 minute prut.. Pak die rou wors op die boom van 'n groterige oondskottel. Skep die uiemengsel eweredig bo-op die wors. Rangskik die appelkooshelftes bo-oor die wors en giet die sap oor. Sprinkel die rys eweredig oor, plaas die deksel op en bak in 'n voorverhitte oond by 200°C (400°F) vir ongeveer 45 minute of totdat die rys gaar is. Strooi gekapte grasuie oor en sit warm voor.

---

## Hoenderlewer met byt

500 g hoenderlewertjies  
2 knoffelhuisies, gekneus  
5 ml borrie  
12.5 ml kerriepoeier of garam masala  
410 g (1blik) tamaties, gekap  
200 g bevrore of vars jong ertjies

sout en varsgemaalde swartpeper na smaak  
1 ui, gekap  
90 ml botter  
1 stuk ± 1 cm gemmer, fyn gekap  
1 brandrissie, ontpit en fyngekap  
vars koljanderblare (dhania) gesnipper

Soteer skoongemaakte hoenderlewers in botter in 'n braaipan sodat dit nog pienk binne is, maar verseël aan die buitekant. Geur met sout en varsgemaalde swartpeper en skep uit. Hou eenkant.

Braai ui tot sag in panvet oor lae hitte. Voeg knoffel, gemmer, borrie, kerriepoeier en rissie by. Roer en laat 1-2 minute stadig prut. Voeg tamaties by en bring tot kookpunt. Laat ongeveer 10 minute lank prut. Voeg ertjies net voor opdiening by en geur met sout en varsgemaalde swartpeper en 'n bietjie suiker indien verkies. Sodra sous begin prut, voeg hoenderlewers en bietjie koljanderblare by en laat prut tot deurwarm. Sit voor en garneer met die res van die koljanderblare.

---



## Wildsvleisbobotie

|                             |                                     |
|-----------------------------|-------------------------------------|
| 50 ml olie                  | 1 ui, gekap                         |
| 15 ml kerriepoeier          | 750 g gemaalde wildsvleis           |
| 7 ml sout                   | 37,5 ml bruin asyn                  |
| 37,5 ml fyn appelkooskonfyt | 1 Granny Smith-appel, grof gerasper |
| 50 ml pitlose rosyne        | 1 sny witbrood                      |
| 350 ml melk                 | 2 eiers                             |
| 5 ml borrie                 | 4 vars suurlemoen- of lourierblare. |

Verhit die olie in 'n swaarboomkastrol en soteer die ui tot sag en deurskynend. Voeg die kerrie poeier by en braai dit 1 minuut lank. Voeg die maalvleis by en braai dit totdat die vleis verbruin. Voeg die sout, asyn, appelkooskonfyt, appel en rosyne by. Plaas die deksel op en prut dit 10 minute lank. Week die brood in melk. Druk die melk uit en voeg die brood by die vleismengsel. Skep die vleismengsel in 'n vuurvaste oondskottel. Klits die eiers en melk saam en voeg borrie by. Druk die suurlemoen- of lourierblare in die vleismengsel en giet die eiermengsel bo-oor. Bak dit 40 minute lank in 'n voor verhitte oond teen 180°C totdat die vla gestol het.

---

## Doodeet worsgereg

|                                   |                     |
|-----------------------------------|---------------------|
| 1 ui                              | 1 soetrissie        |
| 25 ml sonneblomolie               | 10 ml kerriepoeier  |
| 2 ml borrie                       | 500 ml kookwater    |
| 12,5 ml blatjang                  | 5 ml sout           |
| knypie peper                      | 500 g rou boerewors |
| 410 g appelkooshelftes            | 375 ml rou rys      |
| grasuie vir garnering (opsioneel) |                     |

Skil en kap ui fyn. Halveer, en sny die soetrissie aan repies. Soteer uie en soetrissie in olie. Voeg kerriepoeier en borrie by en roerbraai effens. Voeg kookwater, sout en peper en blatjang by en kook 2 minute lank. Sny wors in stukkies en pak dit in oondvaste bak. Skep uiemengsel oor wors en versprei egalig. Versprei appelkoos helftes oor wors en giet sap ook oor. Strooi rys bo-oor, plaas deksel op en bak teen 200°C, 45 minute lank. Roer liggies om, garneer met uie-gras en sit warm voor.

---

## Souserige beesstert

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| 2 kg beesstert (in porsies gesny) | paprika                                  |
| koekmeelblom                      | 250 g swoerdlose spekvleis (in blokkies) |
| 2 groot uie (gekap)               | 2 knoffelhuisies (gekneus)               |
| 60 ml tamatiepasta                | 10 ml roosmaryn                          |
| 500 ml droë rooiwyn               | 410 g heel tamaties                      |
| 250 ml vleisaftreksel             | sout                                     |
| vars gemaalde swartpeper          |  |

Rol beesstert in mengsel van paprika en meelblom. Braai spekvleis in eie vet. Verwyder uit pot en hou eenkant. Giet olie in pot indien nodig en braai beesstert in klompies tot goudbruin. Hou eenkant. Soteer uie in dieselfde pot tot sag en voeg knoffel by. Roer tamatiepasta en roosmaryn by en voeg wyn by. Verhit tot kookpunt en skraap boom om deeltjies wat vassit, los te maak. Voeg tamaties en aftreksel by vloeistof en voeg beesstert en spekvleis by. Verhit tot kookpunt, verlaag hitte en plaas deksel op. Laat prut tot vleis sag is, ongeveer 2 ure. Geur na smaak. Indien verkies kan sous verdik met pasta van meelblom en water.

---

## Suikermieliebredie

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| 25 ml olie                             | 1 ui, fyn gekap                     |
| 500 g maalvleis                        | 5 ml sout                           |
| 2 ml peper                             | 1 vleisekstrablokkie                |
| 225 ml kookwater                       | 2 aartappels, geskil en in blokkies |
| 410 g (1 blik) roomsoort suikermielies | geroosterde tamatieskywe            |

Verhit die olie in 'n swaarboomkastrol. Soteer die ui in die olie totdat dit ligbruin en deurskynend is. Voeg die maalvleis by en verbruin dit. Roer dit gereeld om sodat dit nie aanbrand nie. Geur met sout en peper. Los die vleisekstrablokkie op in die kookwater en voeg dit saam met die aartappel blokkies en suikermielies by die vleis. Plaas die deksel op en stowe dit 20-25 minute lank oor lae hitte. Roer af en toe om. Skep die bredie uit in 'n warm opskepskottel. Garneer die gereg met geroosterde tamatieskywe. Bedien warm.

---

### Boeliebief skywe

Deeg:

|                     |                           |
|---------------------|---------------------------|
| 400 ml koekmeelblom | knippie sout              |
| 2 ml bakpoeier      | 110 g margarien, gerasper |
| 200 ml melk         | 1 eiergeel                |

Vulsel:

|  |                                |
|--|--------------------------------|
| 1 blik boeliebief in blokkies gesny (275g) | 30 ml mayonnaise               |
| 2-5 ml mosterdpoeier                       | bietjie worcestersous          |
| 30 ml gekapte pietersielie                 | 250 ml gerasperde Cheddar kaas |

Voorverhit die oond tot 200°C. Smit 'n klein broodpan met kleefwerende middel. Sif die droë bestanddele saam en vryf die margarien met jou vingerpunte in tot goed gemeng. Meng die melk en eiergeel saam en meng by. Die deeg sal slapperig wees. Druk die helfte van die deeg op die bodem van die voorbereide pan vas. Meng die bestanddele vir die vulsel, maar hou eenkant 'n bietjie gerasperde kaas. Skep bo-oor en maak gelyk. Versprei die res van die deeg oor die vulsel, sprinkel die oorblywende kaas oor en bak sowat 20 minute lank of totdat die kors gaar is. Dien op met blatjang.

---

[phantocomp](#)