

# RUIK DIE RUIK DIE GELIP VAN SPESERYE GEUR VAN SPESERYE



Danksy die Maleiers is kerriekos sinoniem met ons Suid-Afrikaanse kombuis, om nie eens te praat van die Indiese invloed nie, veral as die heerlikse aromas die huis vul.

## INHOUDSOPGAWE:



AARTAPPEL EN ERTJIE KERRIE .....	27	KERRIEDIS MET OEMF .....	15
AARTAPPEL EN GROENTE-KERRIE .....	17	KERRIEHOENDER IN WYNSOUS .....	18
AARTAPPELKERRIE HUTSPOT .....	4	KERRIE-LAMSGEREG MET GEMMER EN DROEVrugTE .....	15
APPELKOOSKERRIE .....	28	KERRIE-SKAAPSKENKEL EN AARTAPPELSOP .....	19
AROMATIESE AMANDELHOENDER .....	9	KERRIE-TJOP KASSEROL .....	16
BONE EN LENSIE KERRIE .....	26	KERRIELAMSVLEISKASSEROL .....	5
BOTTERSORSIE EN STEURGARNAAL KERRIE .....	13	KERRIENOEDSLAAI .....	30
BRANDRISSIEBLATJANG .....	4	KERRIESLAAI MET TUNA EN KRAPSTOKKIES .....	9
CHILI CON CARNE .....	28	KERRIETUNA-KELK .....	24
DRIE BONE KERRIE .....	27	KERRIE-WATERBLOMMETJIESLAAI .....	26
GARNAAL EN PYNAPPELKERRIE .....	23	KLAPPERKERRIE .....	14
GARNAAL EN KOMKOMMER KERRIE .....	22	KLAPPERMELKKERRIE MET LENSIES EN GROENTE .....	26
GEBRAAIDE VIS MET ROOIKERRIE .....	21	KRAP IN KERRIESOUS .....	25
GEREG MET KERRIE-AARTAPPELS EN KASJOENEUTE .....	18	KREEFKERRIE .....	13
GEURIGE MAALVLEIS EN LENSIE KERRIE .....	5	KRUISEMENT LAMSKERRIE .....	13
GROEN GARNAALKERRIE MET GEBRAAIDE THAI-RYS .....	10	KRUMMELKERRIE-EIERS .....	15
GROENERTJIE-KERRIE .....	15	LAMSKERRIE MET AMANDELS EN APPELKOSE .....	3
GROENTE EN STEURGARNAALKERRIE .....	3	MAALVLEIS EN LENSIE KERRIE .....	18
GROENTEKERRIE .....	13	MAALVLEIS MET BRANDRISSIE .....	4
GROENTEKERRIE MET 'N RYSBOLAAG .....	20	MADRAS BEESKERRIE .....	21
HOENDER-EN-GARNAAL-KERRIE .....	8	MAKLIKE VARKVLEIS EN RISSIESTOWE GEREG .....	4
HOENDERKERRIE .....	11	MALEISIESE VISKERRIE MET WILDERYS .....	12
HOENDERROLLETJIES MET 'N KERRIESOUS .....	19	MANGO-KERRIE-HOENDERSLAAI .....	12
INDIESE KERRIE-AARTAPPEL IN EIERVrugSKILLE .....	16	MAROKKAANSE GROENTEKERRIE MET OLYF-KOESKOES .....	10
INDIESE ROOI KERRIE .....	3	OERWOUDEKERRIE .....	11
INDONESIESE KERRIE MET KNOFFEL EN RISSIES .....	10	OOSTERSE HOENDER .....	7
KAAPSE KERRIE .....	32	PAMPOEN EN HOENDERKERRIE .....	27
KAAPSE KERRIEVIS .....	32	PAMPOENKOFATA KERRIE .....	21
KALKOENKERRIE .....	14	PAMPOENPITPOFFERTJIES MET BYT .....	22
KEKERERTJIE KERRIE .....	25	PERI-PERI HOENDERKEBABS .....	7
KERRIE BLATJANG .....	28	PIENANGKERRIE MET ROMERIGE MIELIEPAP .....	23
KERRIE EIERVrug .....	31	POFFERIGE KERRIEVIS .....	11
KERRIE FRIKKADELLE .....	17	RISIE KLAPPERROOM MOSSELS EN MURGPAMPOENTJIES .....	7
KERRIE LAM SOSATIES .....	25	RISIEVIS MET PAPRIKA .....	6
KERRIE MOUSSAKA .....	33	ROMERIGE HOENDERKERRIE .....	30
KERRIE PIESANGFRIKKADELLE .....	29	ROMERIGE KERRIEWORTELSOP .....	19
KERRIE SAMPIONE MET TAMATIE .....	27	SALSA MET PAPAJA EN BRANDRISSIE .....	14
KERRIE VISKOEKIES .....	29	SKAAPNEK KERRIE .....	31
KERRIEBOTTER HOENDER .....	30	SOET MALEISE KERRIE .....	20
		SPESEYGEGEURDE HOENDERKERRIE SUPREME .....	6
		SPESEYVIS IN BRANDRISSIE TAMATIESOUS .....	6
		SRI LANKA-HOENDERKERRIE .....	8
		THAI-HOENDER IN KLAPPERMELK EN GROEN KERRIE .....	9
		THAISE GROENTE EN HOENDER KERRIE .....	3
		THAISE SAMPIONEKERRIE .....	7
		THAISE SEEKOSKERRIE .....	24
		VARK-EN-PERSKE-KERRIE .....	10
		VARKVLEIS KERRIE .....	32
		VARKVLEIS-APPELKOOSKERRIE .....	20
		VINNIGE STEURGARNAALKERRIE .....	31
		VIS MET RISSIESOUS .....	22
		VISKERRIE .....	28
		VISVINGERS MET PIESANGKERRIE .....	12
		VOLSTRUISFILLETTE MET ROOIKERRIE .....	17
		VrugTE-VARKVLEISKERRIE .....	24
		WARM EN SUUR THAISE GARNAALSOP .....	8

## GROENTE EN STEURGARNAALKERRIE

500g steurgarnale, ontdop

15ml gemengde masala

### KERRIESOUS

olie

7ml knoffelpasta

30ml kerriepoeier

paar kerriëblare

500g baba-eiervrugte

vars koljanderblare

1 groot ui, in ringe gesny

7ml gemmerpasta

1kg ryp tamaties, fyngedruk tot 'n puree

grasuie

500g gaar botterbone

Sprinkel die masala oor die steurgarnale en hou eenkant.

### KERRIESOUS

Verhit 'n bietjie olie en braai die ui daarin tot glasing. Voeg die knoffel en gemmer pasta by asook die kerriepoeier. Voeg dan die tamaties, kerriëblare en grasuie by. Verlaag die hitte en laat sowat 15-20 minute lank stadig kook totdat 'n dik, geurige sous gevorm het. Braai die eiervrug in 'n klein bietjie verhitte olie tot gaar. Braai die gemarineerde steurgarnale in olie totdat dit net effe pienk verkleur, pasop vir te lank. Voeg nou die eiervrug, steurgarnale asook gaar bone by en laat prut tot geurig. Lewer 4 porsies.

## LAMSKERRIE MET AMANDELS EN APPELKOSE

60ml botter of margarien

2 knoffelhuisies, gekneus

15ml matige kerriepoeier

15ml gerasperde gemmerwortel

2 lourierblare

vars gemaalde swartpeper

250-375ml warm vleisaftreksel

10-12 amandels, gerooster, gekap

2 groot uie, in ringe gesny

1kg lamsvleis, in 25mm blokkies gesny

5ml borrie

1 stuk pypkaneel

10ml sout

250g droë appelkose

250ml dik, ongegeurde jogurt

Verhit botter of margarien en soteer uie daarin tot sag en glansend. Voeg knoffel by en soteer nog 1 minuut. Verwyder uie en knoffel uit swaarboomkastrol en hou eenkant. Verbruin lamsvleis in klompies in dieselfde kastrol. Skep alle vleis, uie, knoffel terug in kastrol en voeg kerriepoeier by. Roerbraai vir 1 minuut. Voeg borrie, gemmerwortel, pypkaneel, lourierblare, sout, swartpeper na smaak, appelkose en 250ml aftreksel by. Verhit tot kookpunt, plaas deksel op, verlaag hitte en laat prut stadig tot vleis sag is. Voeg meer aftreksel by indien nodig. Voeg jogurt en amandels by en laat prut vir sowat 10 minute of tot goed deurwarm en gemeng. Dien op saam met rys en sambals. Lewer 4-6 porsies.

## INDIESE ROOI KERRIE

15ml verhelderde botter

4 knoffelhuisies, fyngedruk

5ml cayennepeper

5ml borrie

5ml fyn gemmer

5ml fyn komy

125ml natuurlike jogurt

1kg lamskenkels, in stukke, verbruin

vars koljanderblare

2 uie, gekap

15ml paprika

2 lourierblare

5ml fyn koljander

2ml fyn naeltjies

4 kardamompeule

30ml water

seesout

Verhit die verhelderde botter in 'n groot pot en braai die ui daarin tot sag en goudbruin. Voeg die knoffel, geurmiddels en jogurt by en roer goed. Voeg die vleis, water en tamaties by, geur met seesout en bedek. Verlaag hitte en laat 1 uur prut. Verwyder die deksel en laat nog 30-45 minute prut tot die vleis sag en die sous effens afgekook is. Rond af met vars gekapte koljander blare en sit voor saam met rys. Lewer 4-6 porsies.

**D**ie aarde het geen droefheid wat God in die hemel nie kan genees nie.

## BRANDRISSIEBLATJANG

3 uie	2 knoffelhuisies
500ml opgesnyde brandrissies	250ml bruin asyn
750ml appelkooskonfyt	10ml kerriepoeier
5ml mosterdpoeier	5ml gemaalde gemmer
5ml gemengde kruie	5ml sout

Skil die uie en knoffel en sny dit in stukkie op. Maal dit saam met die brandrissies. Voeg die asyn by en kook die mengsel 'n paar minute lank. Roer die res van die bestanddele by, verhit dit stadig tot kookpunt en prut dit ongeveer 'n halfuur lank tot dik; roer gereeld. Bottel die blatjang warm en verseël dit dadelik.

## MAALVLEIS MET BRANDRISSIE

15ml sonneblomolie	1 groot ui, in skywe gesny
2 knoffelhuisies, gekneus	5ml paprika
15ml brandrissiepoeier	700g beesmaalvleis
410g blik heel tamaties, gekap	30ml tamatiepuree
600ml vleisaftreksel	1 lourierblaar
2 roosmaryntakkies	sout en vars gemaalde swartpeper
1 elk rooi en groen soetrissie, in repies gesny	15ml melasse
2 groen brandrissies, in repies gesny	410g blik nierboontjies, gedreineer

Verhit olie. Braai ui en knoffel daarin tot sag. Voeg speserye by en soteer vir sowat 1 minuut. Roer maalvleis by en braai tot bruin. Roer tamaties, puree, aftreksel en kruie by. Geur na smaak. Bedek en laat prut vir sowat 15 minute. Voeg soetrissies, melasse en brandrissies by. Laat vir sowat 30 minute prut. Voeg boontjies by en verhit tot deurwarm. Dien warm op met suurroom, rys en sambal. Lewer 4 porsies.

## MAKLIKE VARKVLEIS EN RISSIESTOWE GEREK

750g beenlose varkdikrib, in 25mm blokkies gesny	15ml kookolie
5ml sout	varsgemaalde swartpeper na smaak
125ml vleisaftreksel	125ml droë witwyn
1 rooi brandrissie, gekap	100ml suurroom
5ml bereide mosterd	10ml suurlemoensap
30ml gekapte pietersielie	

Braai vleis bruin in verhitte kookolie. Geur met sout, peper en brandrissie. Voeg verhitte wyn en vleis aftreksel by. Sit deksel op en prut vir 1 uur. Meng suurroom, mosterd en suurlemoensap en voeg by. Prut vir 5 minute. Garneer met gekapte pietersielie. Bedien met rys. Lewer 4 porsies.

## AARTAPPELKERRIE HUTSPOT

800g aartappels	30ml olie
3 uie, geskil, gesny	4 wortels, gesny
2 selderystingels, gewas, gesny	300ml groente of hoenderaftreksel
2 rape, geskil, gesny	10ml kerriepoeier
sout en varsgemaalde swartpeper	15ml botter
gekapte pietersielie	

Voorverhit die oond tot 180C. Verhit die olie in 'n braaipan en voeg die uie en seldery by. Braai tot sag en deurskynend. Voeg die kerriepoeier by en kook vir nog 'n paar minute tot die mengsel geurig is. Voeg die res van die groente, buiten die aartappels by en braai tot effens sag. Kook intussen die aartappels tot net sag. Haal van die hitte af en dreineer goed. Laat aartappels afkoel totdat jy dit kan skil sonder om te brand. Skil en sny in ronde skyfies. Plaas 'n lagie aartappels op die bodem van 'n diep oondskottel. Pak 'n lagie gemengde groente bo-op, dan 'n lagie aartappels. Herhaal die lagies en eindig met aartappels. Gooi aftreksel oor aartappels en stip met botter. Bak vir 45 minute of totdat aartappels sag is en verbruin het. Garneer met gekapte pietersielie en sit voor. Lewer 6 porsies.

## GEURIGE MAALVLEIS EN LENSIE KERRIE

60ml sonneblomolie	20ml botter
2 uie, fyngekap	4 knoffelhuisies, fyngedruk
20ml kerriepoeier	10ml fyn koljander
10ml fyn komyn	10ml borrie
4 ster anys blommetjies	600g beesmaalvleis
2 x 400g blikke tamaties, fyngekap, met sap	250ml rooi lensies, afgespoel
750ml beesvleisaftreksel	2 stukke pypkaneel
10ml elk sout en suiker	30ml tamatiepasta
4 x 250ml gesnipperde spinasie	

Verhit die olie en botter in 'n groot braaipan of kastrol. Voeg uie, knoffel en speserye behalwe die pypkaneel by en braai liggies vir 'n paar minute. Verminder die hitte, voeg die maalvleis by en roer tot ligbruin. Voeg die res van die bestanddele by, laat stadig kook terwyl deurentyd geroer word. Bedek en laat prut oor lae hitte vir 20-25 minute. Roer nou en dan. Die mengsel behoort dik, maar souserig te wees. Plaas die deksel skeef op die kastrol op die oortollige vloeistof af te kook, indien nodig. Verwyder die pypkaneel en anys. Skep in 'n opdienskottel en bedien. Lewer 6-8 porsies.

## THAISE GROENTE EN HOENDER KERRIE

4 groen skerp brandrissies	1 ui
4 knoffelhuisies	15ml olie
60ml vars gekapte koljander, met stingeltjies en wortels	5ml fyn koljander
1 stingeltjie sitroengras, dun gesny	2.5ml fyn komyn
2.5ml borrie	2.5ml swartpeper
500ml klappermelk	30ml vissous
10ml suiker	3-4 lemmetjieblare
750g hoenderborsies, in happiegrootte stukkie gesny	100ml vars basiliekruidblare gekap

Kap die brandrissies, ui en knoffel. Plaas saam met koljander, sitroengras en olie in 'n elektriese menger en verwerk tot gladde pasta. Voeg 'n bietjie water by indien nodig. Voeg die speserye by en meng vinnig. Verhit 250ml klappermelk saam met die mengsel. Roer totdat dit kook en geurig reuk, ongeveer 3 minute. Voeg die hoender, vissous, suiker en lemmetjieblare by. Roer die orige klappermelk en 250ml water by. Laat prut vir ongeveer 10 minute totdat die hoender gaar is en roer dan die vars basiliekruid in. Sit warm voor saam met rys. Lewer 4-6 porsies.

## KERRIELAMSVLEISKASSEROL

8 groot kruistjops (dik snye lamsboud)	30ml sonneblomolie
2 medium uie, gekap	3 knoffelhuisies, fyngedruk
15ml kerriepoeier	5ml fyn komyn
10ml geskilte, gekapte vars gemmer	5ml koljander
5ml borrie	4 kruienaeltjies
2 stukkie pypkaneel	30ml meelblom
250ml warm beesvleisaftreksel	125ml tamatiepuree
5ml sout	10ml suiker
2 groot geelwortels in blokkies gesny	30ml blatjang
2 lourierblare	

Sny elke tjop in 3-4 stukkie. Sny die swoerd en vet af, anders sal die sous te vetterig wees, maar los die murgbeen in die middel van party van die stukkie. Verhit olie in 'n groot pan en smoor die uie, knoffel en speserye oor lae hitte vir 'n paar minute. Voeg 'n bietjie water by indien die mengsel te droog word. Verhoog die hitte, voeg die vleis by en roer tot dit begin braai. Strooi meel in en roer die res van die bestanddele by sodra dit geabsorbeer is. Verhit die mengsel tot dit kook en keer dit dan uit in 'n groot genoeg bakskottel. Bedek en bak by 160C vir 1¼ uur. Haal die deksel af en bak verder vir nog 20 minute, of tot die vleis baie sag en die sous dikkerig is. Laat afkoel, verwyder die speserye en plaas in 'n geskikte houder. Verkoel, verkieslik oornag in die yskas. Die staan laat die geur van die gereg verbeter. Bedek die gereg en herverhit dit by 160C tot dit prut. Lewer 4-6 porsies.

## SPESERYVIS IN BRANDRISSIE TAMATIESOUS

30ml sonneblomolie	2ml fyn gemmer
5ml elk komyn en koljander	2 knoffelhuisies, fyngedruk
2ml sout	1 medium ui, fyn gekap
4 wit visfilette, vel verwyder	400g blik tamaties, fyn gekap met sap
2 brandrissies, rooi en groen onderskeidelik, gekap	1 groen soetrissie, gekap
'n knippie sout	5ml suiker
60ml water	30ml blatjang
gekapte pietersielie of koljanderblare vir garnering	

Meng die olie en speserye, knoffel en sout en bestryk die vis weerskante daarmee. Plaas in die yskas vir ten minste 2 ure. Meng die orige bestanddele in 'n groot braaipan, laat kook, roer en verminder dan die hitte. Bedek en prut vir 10 minute. Plaas die vis in die braaipan, skep sous oor, bedek en laat prut vir omtrent 10 minute of tot gaar. Skep die vis met 'n gleuflepel in 'n warm skottel en hou warm. Kook die sous af oor lae hitte tot dit effens verdik, giet dit oor die vis, garneer met pietersielie en koljanderblare en sit voor. Bedien met gekruide rys. Lewer 4 porsies.

## RISSIEVIS MET PAPRIKA

30ml sonneblomolie	1 middelslag ui, gekap
200g wit sampioene, afgevee, in skyfies gesny	5ml paprika
2ml rissiepoeier	30ml meelblom
250ml warm vis of hoenderaftreksel	20ml tamatiepasta
'n knippie elk sout en suiker	60ml suurroom
4 wit visfilette, vel verwyder	lig gegeurde meel
gekapte pietersielie of grasuie vir garnering	

Verhit olie, voeg die uie by en braai tot goudbruin. Voeg die sampioene by en roer tot dit sag raak. Strooi paprika, rissiepoeier en meelblom oor. Roer oor lae hitte tot die meel geabsorbeer is. Roer aftreksel, tamatiepasta en geurmiddels in. Verwyder van stoof en roer room in sodra dit begin borrel en dik word. Dit kan aanvanklik skif, maar sal glad word. Strooi gegeurde meel oor albei kante van die vis net voordat dit gebak word en rangskik dit in 'n goed gesmeerde bakskottel. Moenie die visfilette oormekaar plaas nie. Bedek die vis egalig met sous en bak onbedek by 180C vir 25-30 minute of tot die sous liggies borrel en die vis deurgaar is. Die presiese tyd hang af van die dikte van die visfilette en of dit vars of bevrore was. Garneer en sit dadelik voor. Lewer 4 porsies.

## SPESERYGEGEURDE HOENDERKERRIE SUPREME

45ml meelblom	7ml sout
5ml garam masala	8 hoenderdye sonder vel
30ml sonneblomolie	2 medium uie, gekap
2-3 knoffelhuisies, fyngedruk	15ml kerriepoeier
10ml vars geskilde, fyn gekapte of 5ml fyn droë gemmer	5ml elk komyn en borrie
3 heel steranys blommetjies	2 stukkies pypkaneel
300ml hoenderaftreksel	125ml tamatiepuree
2 lourierblare	60ml pitlose rosyne
30ml blatjang	

Meng meel, sout en garam masala en vryf hoenderstukke daarmee in. Plaas hoenderstukke teenmekaar in 'n gesmeerde oondskottel en strooi orige gegeurde meel oor. Verhit olie, voeg uie en knoffel by en braai liggies. Voeg al die speserye by en roer oor lae hitte tot die geur ontsnap. Voeg 'n bietjie water op 'n keer by indien nodig om te keer dat dit aanbrand. Voeg die orige bestanddele by, roer tot deurwarm en giet oor hoender. Maak seker dat die speserye in die sous is en nie bo-op die hoender nie. Bedek die bakskottel en bak by 160C vir 45 minute. Draai die hoender om, bedek en bak nog 30 minute of tot sag. Skep in 'n skoon opdienskottel. Indien daar genoeg tyd is, laat die gereg afkoel, sodat die geure kan ontwikkel. Verwyder die speserye en die lourierblare. Herverhit, bedek vir omtrent 30 minute totdat dit begin prut. Indien nodig voeg nog 'n bietjie aftreksel by voordat dit herverhit word om seker te maak die kerrie hoender souserig genoeg is om saam met rys voor te sit. Lewer 6-6 porsies.



## RISSIE KLAPPERROOM MOSSELS EN MURGPAMPOENTJIES

30-35 mossels in die dop	4 heel grasuie
4 groterige murgpampoentjies	410g blik dik klapperroom
25ml Thai rooikerriepasta	125ml water of witwyn
2 vars heel suurlemoenkruid (indien beskikbaar)	37.5ml vissous
250ml vars koljander (dhani)	

Was en ontbaard die mossels. Sny die murgpampoentjies in dun repies en kap die grasuie (blare en al) in 1cm stukkies. Giet die klapperroom in 'n groot pot en voeg die kerriepasta en suurlemoenkruid (fyn gekap) by. Verhit tot kookpunt en prut vir 5 minute terwyl aanhoudend geroer word. Voeg die water of wyn by, tesame met die vissous. Verhit weer tot kookpunt. Voeg dan die murgpampoentjies en die mossels by. Kook/stoom nie langer as 5 minute nie. Voeg die dhani by en roer goed deur. Eet die mossels met jou hande so uit die dop saam met baie van die sous en die res van die net gaar lekkertes.

## OOSTERSE HOENDER

8 huisies knoffel, fyngekap	3 uie, fyngekap
sesame-olie	sonneblomolie
1 teelepel gedroogde rissie	hoenderstukke
20ml grondboontjiebotter	1 blikkie kokosneutmelk
10ml kerriepoeier	sitroengras (lemon-grass)
gerasperde vars gemmer (soveel as wat jou smaak toelaat)	

Braai knoffel, uie, rissie, gemmer saam en sit eenkant. Verbruin die hoenderstukke en voeg dan die grondboontjiebotter, kokosneutmelk en kerriepoeier by. Sit alles saam in 'n kasserolbak en bak vir 'n langerige tyd teen ongeveer 300C. Bedien die hoender met jasmyn- of basmati-rys en garneer met vars gekapte danhia.

## THAISE SAMPIOENKERRIE

20ml olie	30ml Thai-groenkerriepasta
1 ui, dun gesny	600g gemengde sampioene, gesny
20ml bruinsuiker	125ml kokosneutmelk
1 handvol basielkruidblare	30ml vissous

Verhit olie in wok. Voeg kerriepasta by en sauté vir een minuut. Voeg uie by en roerbraai vir 2-3 minute. Voeg sampioene by en roerbraai tot sag en tot al die vog verdamp het. Voeg suiker by en laat karameliseer vir 15-20 sekondes voor kokosneutmelk bygevoeg word. Laat kerrie kook tot verminder en verdik. Voeg basielkruid by en geur met vissous.

## PERI-PERI HOENDERKEBABS

4 hoenderborsies, ontvel en ontbeen	4 groot sprietuie
1 elk groen en rooi soetrissie, in 3 cm-blokkies gesny	250g swoerdlose streepspekvleisrepe

### BEDRUIPSOUS

150ml sonneblomolie	1 knoffelhuisie, gekneus
5ml paprika	3ml rissiepoeier
25ml tamatiepasta	gerasperde skil en sap van ½ suurlemoen.

Meng al die bestanddele vir die bedruipsous goed saam. Sny die hoenderborsies in 3 cm-blokkies, plaas in 'n plat glasbak en giet die bedruipsous oor, bedek en plaas oornag in die yskas. Draai 'n paar keer om gedurende dié tyd. Sny die punte van die spruituie af en sny in 3 cm-lengtes. Rol die streepspekvleisrepe op en ryg afwisselend met die hoender, soetrissie en sprietui op houtstokkies. Rooster die kebabs vir 10-12 minute oor matige kole of tot gaar. Geur met sout en peper na smaak. Bedruip kebabs en draai gereeld gedurende die braaiproses. Sit dadelik voor met roosterkoek en konfynt of gebraaide peppadews. Lewer 6-8 kebabs.

## SRI LANKA-HOENDERKERRIE

1,5kg hoenderdye	20ml ghee of sonneblomolie
2.5ml fenegriksaadjies	10 kerriëblare
2 groot uie (fyn gekap)	4-5 huisies knoffel (fyn gekap)
10ml vars gemmer (fyn gerasper)	1 teelepel borrie
2-3 rooi brandrissies (verwyder saad en kap fyn )	10ml paprika
10ml sout	20ml rooiwyn-asyn
2 groot, ryp tamaties (fyn gekap)	8 kardemom-peule (kneus)
1 kaneelstokkie	250ml dik klappermelk
sap van ¼ suurlemoen	
1 stingel sitroengras of skil van ¼ suurlemoen (baie fyn gerasper)	
10ml gemaalde koljander (gebruik heel en maal self vir ekstra geur)	
6ml gemaalde komynsaad (gebruik heel en maal self vir ekstra geur)	

Verhit ghee en braai fenegriek en kerriëblare totdat hulle begin bruin word. Voeg uie by. Wanneer hulle sag en deurskynend raak, voeg knoffel, gemmer en rissie by. Voeg borrie, koljander, komyn, paprika, sout en asyn by en roer goed. Voeg tamaties en heel speserye en suurlemoenskil of sitroengras by. Voeg hoender by en roer oor medium-hitte totdat die hoenderstukke goed bedek is met sous en speserye. Kook 50 minute met deksel op oor lae hitte of totdat hoender lekker sag toets met mespunt. Voeg klappermelk by, proe en voeg nog sout by en suurlemoensap. Moenie met deksel toemaak nadat klappermelk bygevoeg is nie. Laat prut totdat sous effens verminder. Sit voor met basmati-rys, 'n brandrissie-atjar en 'n groen slaai. Lewer 4-6 porsies.

## HOENDER-EN-GARNAAL-KERRIE

280g skoongemaakte steurgarnale	1 ui, fyn gekap
20ml Thaise rooi kerriepasta	10ml Asiatiese vissous
1 pakkie babamielies, in die lengte in kwarte gesny	1 pakkie mange tout, stingels verwyder
4 velle filodeeg	2 x 410g geblikte klappermelk
400g basmati-rys	1 bottel kookolie vir diepbraai
720g hoenderborsies sonder die vel, in repies van 8mm wyd gesny	

Gebruik twee sopelepele van metaal en druk 'n vel deeg tussen hulle vas. Diepbraai tot goudbruin om vier mandjies te maak. Plaas op 'n absorberende papier om die oortollige olie te dreineer. Kook die rys en hou dit eenkant warm. In 'n warm pan, soteer die uie, hoenderrepies, babamielies en kerriepasta. Voeg die klappermelk en vissous by en roer om te meng. Geur met sout, peper en suiker na smaak. Die suiker help om die geur van die klapper te versterk. Verdeel die rys in vier gelyke porsies op warm borde. Plaas 'n deegmandjie op elke hople ry. Voeg die mange tout en steurgarnale by die kerrie en laat prut vir ongeveer 4 minute. Skep die kerrie in gelyke porsies in die vier mandjies en gaarneer. Sit onmiddellik voor om te voorkom dat die mandjies pap raak.

## WARM EN SUUR THAISE GARNAALSOP

4 eetlepele varsgekapte suurlemoengras	1,5 liter water
24 rou, uitgedopte garnale (kies koningingrootte)	3 fyngekapte brandrissies
2 suurlemoene se sap (of 3 lemmetjies)	30ml vissous
5ml vars, fyn gemmer	klein blikkie knopiesampioene in kwarte
2 koppies spruite (veral lensies!)	sout en swartpeper
dhana (koljanderkruid)	

Kook die garnale se doppe saam met die suurlemoengras vir 10-15 minute, terwyl jy heelyd die skuim afskep. Dreineer deur 'n sif in 'n ander pot. Voeg die rissies, suurlemoensap, vissous, gemmer, sampioene en spruite by. Prut (oop) vir 6 minute. Voeg die garnale by en prut vir nog 5 minute tot gaar. (Moenie doodkook nie.) Voeg nog peper na smaak by en as jy wil, nog so 'n tinsel vissous. Bedien stomend en gegarneer met die dhana. Lewer 6 porsies.

**H**ere, vul my met U liefde sodat dit uit my sal vloei deur die woorde wat ek spreek.



## THAI-HOENDER IN KLAPPERMELK EN GROEN KERRIE

10ml vars gekapte suurlemoengras  
2 toontjies knoffel, fyn gekap  
750ml gaar hoender, in hapgroottes  
250ml vars dhana (koljanderkruid)

750ml klappermelk  
10ml groen Thai-kerriepasta  
500ml gaar uitgedopte garnale  
sout en swartpeper

Bring die suurlemoengras, klappermelk, knoffel en kerriepast tot kookpunt. Voeg die hoender en garnale by en prut vir 3-4 minute. Haal die suurlemoengras uit. Meng die helfte van die dhana daardeur en prut nog 'n minuut. Geur met sout en swartpeper en bedien in warm sopbakke met die res van die dhana oorgesprinkel.

## KERRIESLAAI MET TUNA EN KRAPSTOKKIES

*Die slaai kan tot 24 uur vooraf gemaak word. Só kan die geure ook ontwikkel en sal die gereg net lekkerder smaak. Bedien as 'n voorgereg.*

6 bevrore krapstokkies, ontdooi

1 blik soliede tuna, gedreineer en gevlok

Sny die krapstokkies in 15 mm-lengtes. Meng die krapstokkies en gevlokte tuna liggies saam. Giet die slaaisous oor die vismengsel en meng liggies deur tot alles goed bedek is. Bedek en verkoel.

### SLAISOUS

10ml olie  
15-20ml matige kerriepoeier  
20ml vrugteblatjang of appelkooskonfyt

½ klein ui, fyngekap  
90ml water  
170ml mayonnaise

Verhit olie in 'n kastrolletjie. Soteer ui tot sag en deurskynend. Voeg kerriepoeier by en roerbraai 30 sekondes. Voeg die water en blatjang by en laat 5 minute in 'n toe kastrol prut. Roer die mayonnaise by en laat 'n verdere 5 minute prut. Roer af en toe. Laat heeltemal afkoel. Om voor te sit: Rangskik die slaaiblaar net voor bediening op 'n groot opdienbord of individuele bordjies. Skep die vismengsel bo-op. Garneer met die kersietamaties of tamatiewiggies. Sprinkel gekapte pietersielie oor en bedien terwyl dit nog koud is. Sit voor met vars volgraanbroodjies. Lewer 6 porsies.

## AROMATIESE AMANDELHOENDER

750g hoendervleis, geweeg nadat vel en bene verwyder is

45ml ghee of sonneblomolie  
4 knoffelhuisies, fyn gekap  
1 groot ui, fyn gekap  
10ml garam masala  
sout na smaak  
4-6 naeltjies  
6-8 groen kardemoms  
5ml koljandersaad

10ml komynsaad  
25mm stuk gemmer, fyn gekap  
50g amandels, gekap  
15ml gekapte vars koljander  
4 lourierblare  
50mm stuk kaneelbas  
5ml vinkelsaad

### MARINADE

150ml jogurt  
15ml witsuiker  
3ml borrie

50ml dik room  
5ml sout

Sny die hoender in happiegrootte stukkies. Meng die marinade-bestanddele en koljandersaad, vinkelsaad, kaneelbas, naeltjies en lourierblare saam in 'n metaalvrye bak. Voeg die hoender by en bedek goed met die mengsel. Bedek en verkoel oornag. Verhit die ghee in 'n wok of braaipan. Roerbraai die komynsaad 'n paar sekondes. Voeg die knoffel by en roerbraai 30 sekondes. Voeg die gemmer by en roerbraai nog 'n paar sekondes. Voeg laastens die ui en amandels by en roerbraai 5 minute. Voorverhit die oond tot 190C. Meng die gebraaide bestanddele, die hoender en al die marinade in 'n groot oondskottel met 'n deksel en plaas in die oond. Roer na 15 minute en voeg water by indien dit te droog begin word. Herhaal na nog 15 minute en voeg die garam masala en vars koljander by. Geur met sout na smaak. Bak nog sowat 15 minute lank.

## GROEN GARNAALKERRIE MET GEBRAAIDE THAI-RYS

*Vir dié gereg is dit belangrik dat die garnale vooraf goed skoongemaak word. Die kop- en stertskubbe moet van die garnaal verwyder word, asook die dermpie.*

1kg tiergarnale, skoongemaak	60ml botter
2 uie, in dun skywe gesny	30ml vars gemmer, gerasper
15ml lemmetjieskil, gerasper	5ml swart peper
15ml vissous of 5ml sout	30ml groen kerriesmeer
2 blikke klappermelk	1 rooi brandrissie, ontpit en fyngekap

Smelt die botter in 'n dikboomkastrol en braai die uie en brandrissie totdat die uie goudbruin is. Voeg die gemmer, lemmetjieskil en garnale by. Die gemmer sal neig om aan die bodem vas te sit, moet dus nie ophou roer nie. Roer vir 'n minuut en voeg dan die klappermelk, vissous en swart peper by. Verminder hitte en laat prut vir 10-15 minute. Sit voor met Basmati rys. Lewer 4 porsies.

## MAROKKAANSE GROENTEKERRIE MET GEROOSTERDE OLYF-KOESKOES

1 elk: groen, rooi en geel soetrissie, in repe gesny	2 uie, in dun skywe gesny
30ml botter	250ml broccoli
5 murgpampoentjies, in dun skywe gesny	5 geel lemoenpampoentjies, in kwarte
250ml babamielies, in die lengte gehalveer	60ml appelkooskonfyt
30ml skerp kerriepoeier	2 kaneelstokkies, gebreek
3 steranyssade, gebreek	250ml Bulgaarse jogurt
5ml sout en peper	

Smelt die botter op hoë hitte in 'n dikboomkastrol en braai die uie tot goudbruin en sag. Voeg die groente by en braai vir nog 5 minute. Haal die groente uit die kastrol en plaas dan die kerriepoeier in die pot en braai vir 1 minuut saam met die uie. Voeg die kaneelstokkies, steranys en appelkooskonfyt by en braai vir 'n minuut. Gooi die groente en jogurt by en kook op medium hitte vir 20 minute. Laat staan vir so 30 minute voordat jy die kerrie voorsit. Verhit versigtig voordat jy dit op die tafel sit.

## INDONESIESE KERRIE MET KNOFFEL EN RISSIES

30ml olie	750g beesvleis, in blokkies gesny
2 uie, geskil en in kwarte gesny	20ml knoffel en rissiegeurmiddel
1-2 vars rissies	gerasperde skil en sap van 1 suurlemoen
7,5ml fyn gemmer	5ml fyn koljander
500ml klappermelk	10ml suiker
4 velle filodeeg	45ml botter, gesmelt

Verhit die olie in 'n swaarboompan en roerbraai die vleisblokkies vir sowat 2minute by 'n hoë temperatuur. Plaas die uie, knoffel en rissiegeurmiddel, vars rissies, suurlemoenskil, suurlemoensap, gemmer en koljander in 'n voedselverwerker en verwerk tot glad. Voeg puree by vleis in pan en laat vir sowat 5 minute kook. Roer af en toe. Voeg die klappermelk en suiker by vleis en laat saggies prut sonder die deksel, totdat die vleis sag is en die sous verdik het. Voorverhit die oond tot 200C. Skep die kerrievleis in 'n oondvaste bak, frommel die rou velle filodeeg liggies en plaas bo-oor vleis. Bestryk liggies met die gesmelte botter en bak vir sowat 10 minute tot goudbruin. Lewer 4 porsies.

## VARK-EN-PERSKE-KERRIE

'n Mikrogolf resep.

15ml botter	2 uie, gekap
2 knoffelhuisies, gekneus	25ml matige kerriepoeier
1 kg varkdikrib, in blokkies gesny	2 groot tamaties, gekap
100ml perskesap	25ml suurlemoensap
50ml blatjang	1 groen appel, ontkern en gekap
3 lourierblare	165ml droë perskes
sout en peper na smaak.	

Mikrogolf botter, uie, knoffel en kerriepoeier vir 2 minute teen 100 % krag. Roer af en toe. Voeg die res van die bestanddele by. Bedek die houer en mikrogolf vir 5 minute teen 100 % krag. Verhoog na 50 % krag en mikrogolf vir 30 minute lank. Roer af en toe. Laat 10 minute staantyd toe. Lewer 6 porsies.

## OERWOUDKERRIE

20ml sonneblomolie  
5cm vars gemmer, gesny  
600ml groente-aftreksel  
4 murgpampontjies, in 2cm stukke gesny  
500ml patats, geskil en in 2cm blokkies gesny

2–3 eetlepels rooi kerriepasta  
gerasperde skil van 'n lemmetjie  
200g blik, geskilde, ontpitte lietsjies  
20ml vissous  
1 rooi rissie, in die lengte in dun repies gesny

Verhit olie in 'n wok oor medium-hitte. Voeg kerriepasta, gemmerstukkies en lemmetjieskil by en roer vir 'n minuut of tot geurig. Gooi die aftreksel by en meng. Bring tot kookpunt. Dreineer lietsjies in blik en behou die stroop. Voeg groente en lietsjies by mengsel in wok en kook vir 8 minute tot sag. Voeg 2–3 eetlepels lietsjiestroop (of 10ml suiker) by, asook die vissous na smaak. Sprinkel die rissie-repies oor en bedien met jasmynrys. Bedien 4.

## POFFERIGE KERRIEVIS

250ml kookwater  
300ml koekmeelblom  
2ml sout  
100g cheddarkaas, gerasper

125ml botter  
5ml droë mosterd  
6 groot eiers

### VULSEL

15ml olie  
15ml kerriepoeier  
3 wortels, dun ringetjies gesny  
425g sardyne in tamatiesous

1 ui, gekap  
3 tamaties, ontvel, in blokkies gesny  
100g ertjies, gekook  
broodkrummels en kaas

Voorverhit die oond tot 200C. Smeer 'n oondvaste bak van sowat 23 x 23cm. Plaas die kookwater en margarien in 'n kastrol en bring tot kookpunt. Voeg al die droë bestanddele by. Roer vinnig totdat mengsel 'n stywe bal vorm. Haal van die stoof af en laat effens afkoel. Voeg die eiers een vir een by en klits goed na elke byvoeging. Roer die kaas by. Skep in 'n spuutsak met 'n groot spuitstuk. Spuit bolletjies choux-pasta al om die buiterand van gesmeerde pan en smeer orige deeg in die middel. Bak vir 15 minute Verminder temperatuur tot 180C en bak vir nog 10 minute. Verhit die olie en soteer uie. Voeg kerriepoeier by. Voeg tamaties, wortels, ertjies en vis by en laat prut vir 10 minute. Skep vulsel bo op die deeg en bak nog 10-15 minute (sit foelie bo-op as dit te donker word). Strooi broodkrummels en kaas bo-oor.

## HOENDERKERRIE

4 groot ontbeende hoenderborsies, vel verwyder en in repies gesny

1 eivrug, geskil, in blokkies gesny, geblansjeer  
'n paar lemmetjieblare, geskeur

2,5cm-stuk vars gemmer, gekap  
300ml dik klappermelk

### KERRIEPASTA

2,5ml gebraaide koljandersade  
gerasperde skil van een lemmetjie of suurlemoen  
5ml garnaalpasta (shrimp paste)  
1 klein ui, fyngekap

1 stingel sitroengras, fyngekap  
2 vars groen brandrissies, ontpit, gekap  
3 knoffelhuisies, gekneus

Plaas die dik klappermelk en hoenderstukkies in 'n groot braaipan. Laat 10 minute prut. Verwyder die hoenderstukkies en hou eenkant warm. Behou die klappermelkvloeistof in die pan. Plaas al die bestanddele vir die kerriepasta in 'n vysel en stamp tot 'n gladde pasta. Plaas andersins die bestanddele in 'n voedselverwerker en verwerk teen 'n hoë spoed tot glad. Voeg die kerriepasta by die klappermelk en verhit liggies terwyl aanhoudend geroer word. Hou aan om oor 'n lae hitte te roer totdat die vloeistof begin verdamp en verdik. Voeg die hoender, eivrugblokkies, gemmer en lemmetjieblare by die klappermelk en laat 'n paar minute saggies prut, ongeveer 5-10 minute of totdat die hoender gaar en die eivrug sag, maar nog heel is. Garneer met basieliekruidblare en rissies en sit voor met noedels of gekookte rys.

**My grootste bron van vreugde is dit wat U deur die kruis bereik het.**

**Help my om daarop te fokus.**

## MALEISIESE VISKERRIE MET WILDERYS

450g wit vis (heilbot, tarbot of bottervis)  
7.5ml gemmer, fyn gekap  
20ml madras-kerriepasta  
2.5ml vinkelsade  
20ml suurlemoensap

175g uie, fyn gekap  
10ml knoffel, fyn gekap  
5ml gemaalde koljander  
2.5ml borrie  
150ml geblikte klappermelk

Sny die vis in stukke van 8cm en sit opsy. Sit die uie, gemmer, knoffel, kerriepasta, koljander, vinkel, borrie en suurlemoensap in die voedselverwerker. Voeg die helfte van die klappermelk by en meng goed. Gooi die oorblywende klappermelk in 'n wok of pan en voeg die kerriemengsel by. Bring die mengsel tot dit liggies kook en laat prut vir 5 minute. Voeg die vis by en kook vir 'n verdere 5 minute. Bedien met wilderys en garneer met vars koljanderblare.

### WILDERYS

Kook genoeg wilderys vir sowat vier mense in 'n kastrol met water en 'n knippie sout vir sowat 18 minute. Voeg sowat 5 eetlepels Griekse jogurt by en meng goed. Skep sowat 3 eetlepels heuning by en meng goed. Lewer 3-4 porsies.

## MANGO-KERRIE-HOENDERSLAAI

9 hoenderdye, gerooster  
2 middelslagmango's, in blokkies gesny  
blaarslaai vir garnering  
30ml grasuie, gekap.

Sny afgekoelde hoenderdye in skywe. (Verwyder vel). Plaas hoender en mango in mengbak. Skep kerrie-mayonnaise-sous bo oor en meng deur. Bedek bak met kleefplastiek en plaas een uur lank in yskas. Rangskik blaarslaai op opdienskottel en skep hoenderslaai in die middel. Sprinkel grasuie bo-oor. Lewer 4 porsies.

### KERRIESOUS

10ml olie  
10ml matige kerriepoeier  
125ml water

30ml gekapte uie  
80ml fyn appelkooskonfyt  
250ml mayonnaise of slaairoom

Soteer die uie in die olie totdat deurskynend. Voeg kerriepoeier by en braai 'n rukkie saam. Voeg appelkooskonfyt en water by en laat 5 minute kook. Laat afkoel en voeg mayonnaise by.

## VISVINGERS MET PIESANGKERRIE

12 visvingers  
1 ui, in ringe gesny  
30ml vrugteblatjang  
2 piesangs, in reepe gesny

15ml sonneblomolie  
15ml matige kerriepoeier  
150ml appelkoossap

Verhit olie in swaarboompan en soteer ui tot sag en deurskynend. Voeg kerriepoeier by en braai 'n paar minute. Voeg blatjang en appelkoossap by en prut vir ongeveer 15 minute oor lae hitte. Verdik sous met 'n bietjie koekmeelblom indien nodig. Voeg piesangs by en geur sous met sout en peper na smaak. Pak visvingers in 'n enkellaag in 'n oondbak wat met 'n bietjie olie gesmeer is. Rooster 5 minute per kant 100mm van voorverhitte oondrooster of tot bros. Haal uit oond en giet warm piesangkerriesous oor. Garneer met vars lourier of suurlemoenblare en sit voor met gebraaide rys. Lewer 4 porsies.

**D**ankie dat U u Heilige Gees gestuur het om my Trooster en Helper te wees.  
Herinner my asseblief daaraan in moeilike tye.

## KRUISEMENT LAMSKERRIE

1kg lamsvleis, blokkies gesny	4 uie, dun gesny
10ml knoffel	3 teelepels gemmer
2.5ml cayenne pepper	1 teelepel borrie
125ml hoender aftreksel	'n handvol vars koljander blare
'n handfol vars ment blare	1-3 groen rissies
3 eetlepels suurlemoen sap	1 teelepel suiker

Braai die lam, uire, knoffel, gemmer, pepper, borrie in 'n pan. Voeg die hoenderaftreksel by, bedek en prut op lae hitte vir 2 uur. Verwerk die koljander, kruisement, rissies, suurlemoen sap, suiker en 'n lepel of twee van die kooksel se vloeistof in 'n voedselverwerker of mortar en voeg by die lam. Verhit die mengsel, voeg sout en peper by soos benodig en bedien.

## BOTTERSKORSIE EN STEURGARNAAL KERRIE

30ml rooi kerriepasta	410g klappermelk
350ml visaftreksel	2.5ml borrie
3 stingels suurlemoen gras, elk gehalveer	15ml strooisuiker
1kg botterskorsie, in blokkies gesny	400g dun, jong groenboontjies
1 bossie sprietuie, diagonaal in stukkes gesny	'n handvol vars koljanderblare
1kg steurgarnale, doppe verwyder, skoongemaak(hou sterte aan)	

Verhit kerriepasta oor matige hitte in 'n kastrol totdat dit begin sis. Voeg klappermelk by en klop tot gemeng. Voeg visaftreksel, suurlemoen gras, borrie en strooisuiker by en bring tot kookpunt. Voeg botterskorsie by en prut vir 15 minute tot amper gaar. Toets botterskorsie om te keer dat dit stukkend kook. Proe en geur indien nodig. Roer groenboontjies by en prut tot gaar. Roer steurgarnale by en prut totdat garnale gaar is. Hul sterte sal omkrul en hulle sal ligpienk kleur kry. Roer koljander en sprietuie net voor opdiening by en verdun indien nodig met vissous. Verwyder suurlemoen gras. Lewer 4-6 porsies.

## KREEFKERRIE

*Die kreef word in sy dop gaargemaak om soveel moontlik van die geur te behou.*

1 groot ui, fyngekap	60ml kookolie
5ml komynsaad	1 takkie kerrieblare of 2 lourierblare
10ml fyngedrukte knoffel	410g blik gekapte tamaties
10ml elk fyn komyn en fyn koljander	1ml borrie
5ml grofgemaalde rooi brandrissie	1kg kreef, kleiner gebreek
sap van 1 suurlemoen	sout na smaak
60ml gekapte koljanderblare	

Smoor ui in olie tot deurskynend. Voeg komynsaad, kerrieblare en knoffel by en soteer tot ui goudbruin is. Voeg tamaties, fyn komyn, koljander, borrie en brandrissie by en kook tot 'n dik sous vorm. Voeg kreef en suurlemoen sap by en stowe stadig tot kreef amper gaar is (sowat 10 minute). Voeg sout na smaak by en stowe nog 'n paar minute tot kreef gaar is. Garneer met gekapte koljanderblare en sit voor met Basmati rys. Lewer 6 porsies.

## GROENTEKERRIE

5ml botter	8 klein uie, in kwarte gesny
1½ teelepels meelblom	300ml water
37.5ml tamatie pasta	2.5ml gemaalde koljanderkorrels
knippie borrie	250g skoongemaakte groenbone
200g aartappels, geskil en in blokkies gesny	100g ertjies
150g klein worteltjies	250ml klapperroom of klappermelk
sout en peper	5ml rissiepoeier

Verhit die botter in 'n pan en soteer die ui tot sag en effens verbruin. Roer die meel by en voeg die water stadig by. Meng goed om klonte te voorkom. Meng die oorblywende bestanddele by (behalwe die klapperroom of melk en die koljander) en laat toe om te prut met die deksel op vir ten minste 20 minute tot die groente sag is. Verwyder van die plaat en roer die klapperroom/melk en koljander by. Lewer 4 porsies.

## KAAPSE SEEKOSKERRIE

600g koningklip, sonder vel en in filette gesny  
200g calamaringe, saggemaak  
2 groot uie, gerasper  
2 lourierblare  
3 groot ryp tamaties, gerasper  
15-30ml medium sterkte kerriepoeier

5ml gekeurde seesout  
8 garnale of mossels  
30ml olie  
1-2 groen brandrissies, fyn gekerf  
10ml knoffel, gekneus  
handvol koljanderblare

Geur die vis met gekeurde seesout, bedek en laat staan in die koelkas om ferm te word. Sprinkel vleissagmaakmiddel oor calamari en laat staan 20 minute in 'n vergiettes. Spoel af onder koue lopende water. Sny die garnale ruglangs oop en verwyder die dermkanaal. Gebruik 'n groot braaipan met 'n deksel en smoor die uie sowat 20 minute baie stadig in die olie tot sag en goudkleurig. Voeg die lourierblare, rissies en tamaties by. Smoor nog 20 minute by lae hitte. Voeg die knoffel en kerriepoeier by. Roer deur. Sny die vis in blokkies en voeg dit saam met die calamari en garnale by die kerriemengsel. Bedek die pan en smoor 8-10 minute tot die vis net gaar is. Proe vir geur. Voeg die koljanderblare by. Sit voor met blatjang, geurige lensierys, komkommerskyfies, blokkies rooi en groen soetrissie en papinoskyfies. Lewer 6 porsies.

## KALKOENKERRIE

10ml Canola-olie  
5 knoffelhuisies, fyn gekap  
10ml brandrissiepoeier  
5ml komyn  
3 x 410g elk bone, afgespoel  
2 x 410g fyn tamaties  
750ml kalkoen, in blokkies gesny

500ml gekapte uie  
1 rooi soetrissie, opgesny  
knippie rooipeper  
5ml gedroogde organum  
250ml gevriesde mielies  
sout en peper na smaak

Verhit die olie in 'n groot diepboompot. Soteer uie, knoffel en soetrissie tot deurskynend. Roer brandrissiepoeier, rooipeper en komyn by. Voeg die bone, mielies, tamaties, sout en peper by. Kook oor 'n lae hitte vir 45 minute. Voeg die kalkoen by en kook vir 'n verdere 15 minute.

## SALSA MET PAPAJA EN BRANDRISSIE

2 ryp papajas  
1 rooi soetrissie  
1 rooi brandrissie, ontpit en gekap  
5ml sout  
30g koljander, gekap

1 komkommer  
5ml gemmer, geskil en gerasper  
15ml suiker  
30g mentblare, gekap

Skil en ontpit die papajas en sny in klein blokkies. Sny die komkommer in die helfte in die lengte, skep binneste uit en sny in blokkies. Ontpit die rooi soetrissie en sny in blokkies. Meng die papaja, komkommer en soetrissie saam en voeg gemmer, brandrissie, suiker, sout, ment en koljander by. Geur na smaak. Laat staan vir 30 minute voor bediening.

## KLAPPERKERRIE

25ml sonneblomolie  
2 knoffelhuisies, gekneus  
450g kruisstuk, vet verwyder en in blokkies gesny  
3 lourier of suurlemoenblare  
175g kersietamaties, gehalveer  
25ml klapper, gerooster

1 ui, geskil en fyngekap  
25ml kerriepasta of 10ml kerriepoeier  
410g blik klappermelk  
150ml water  
25ml vars koljanderblare, fyngekap

Soteer ui en knoffel in warm olie. Roer kerriepasta by en kook vir 1 minuut. Voeg vleis by en roerbraai vir 5 minute. Roer klappermelk, lourierblare en water saam tot kookpunt. Verlaag hitte en prut vir 30 minute. Roer tamaties, koljander en klapper by vir prut vir 'n verdere 5 minute. Bedien saam met rys. Lewer 4 porsies.

## KERRIEDIS MET OEMF

750g beesghoelasj, in blokkies van 2.5cm gesny	30ml kookolie
2 uie, grofgekap	1 knoffelhuisie, gekneus
5ml fyn-gekapte gemmerwortel	5ml fyn borrie
5ml fyn komyn (cumin)	5ml fyn masala
400ml beesvleisaftreksel	sout en varsgemaalde swartpeper na smaak
3 medium aartappels, geskil en kwarte gesny	2 medium tamaties, geskil en gekap
425g blik gesnyde groenbone, gedreineer	

Verhit olie in 'n swaarboomkastrol. Voeg vleis by en braai tot goudbruin. Voeg uie en knoffel by en soteer vir ongeveer 2 minute tot sag. Voeg gemmer, borrie en ander speserye by en laat braai vir 'n verdere paar minute. Voeg vleisaftreksel en geurmiddels by. Laat prut vir sowat 45 minute of totdat vleis sag is. Voeg aartappels en tamaties by en kook vir ongeveer 20 minute tot sag. Voeg groenbone by en verhit. Lewer 4 porsies.

## GROENERTJIE-KERRIE

20ml olie	10ml bruin mosterdsaadjies
1 teelepel vars gerasperde gemmer	1 groot wit ui, fyn gesny
1 teelepel komyn	1 teelepel borrie
1 brandrissie, saadjies verwyder en fyn gekap	2 groot, ryp tamaties in stukke gesny
20ml fyn gekapte kruisement	250g vars ertjies

Verhit die olie in 'n braaipan en plaas die mosterdsaadjies daarin. Wanneer die saadjies begin klap, voeg die gemmer, ui en 'n knippie seesout en kook tot die ui sag is. Voeg die komyn, borrie en brandrissie by en kook vir 'n minuut. Voeg die tamatie en 125ml water by. Prut vir 2 minute en voeg die kruisement en die ertjies by. Bedek en kook vir 10-15 minute, of totdat die ertjies sag is. Sit voor saam met wit rys.

## KERRIE-LAMSGEREG MET GEMMER EN DROEVrugTE

*Die vermenging van speserye en droëvrugte maak hierdie gereg besonders.*

45ml olyfolie	1kg vet skaapvleis, in blokkies gesny
1 groot ui, gekap	10ml knoffelvlokkies
15ml matige kerriepoeier	15ml fyn koljander
1 kaneelstokkie	2 lourierblare
2 heel naeltjies	10ml varsgemaalde swartpeper
10-15ml sout	12 brandrissies, ontpit en gekap
375ml vleisaftreksel	30ml vars suurlemoensap
500g gemengde droëvrugte	

Verhit olie in 'n groot swaarboompan. Braai vleisblokkies tot bruin. Voeg uie en knoffel by en soteer totdat uie sag en deurskynend is. Voeg kerriepoeier by en braai 1 minuut. Voeg koljander, kaneelstokkies, lourierblare, naeltjies, peper, sout en rissies by. Verhit die vleisaftreksel en suurlemoensap en voeg by vleis. Bedek en prut ½ uur, totdat vleis amper sag is. Voeg die droëvrugte by, bedek en laat nog 30 minute prut. Verwyder die kaneelstokkies en lourierblare. Sit voor met geel rys. Lewer 6 porsies.

## KRUMMELKERRIE-EIERS

8 hardgekookte eiers	50g gesmelte botter
50g broodkummels, goudbruin gerooster	375ml dik mayonnaise
sap van ½ suurlemoen	10ml kerriepoeier
sout en varsgemaalde swartpeper	

Dop gekookte eiers af en doop in gesmelte botter. Rol in broodkummels sodat dit eweredig versprei is. Meng mayonnaise, suurlemoensap en kerriepoeier. Geur met sout en peper. Sit eiers voor met kerriemayonnaise en 'n groen slaai.



## KERRIETJOPKASSEROL

10ml kookolie  
10-15ml matige kerriepoeier  
60ml tamatiesous  
25ml asyn  
5ml suiker  
sout en peper

1 ui, fyngekap  
250ml biefafatreksel  
25ml Worcestersous  
25ml blatjang  
6 skaaptjops  
koekmeelblom

Verhit die olie in 'n swaarboompan en soteer die ui tot sag en deurskynend. Voeg die kerriepoeier by en braai 'n verdere minuut. Voeg die afatreksel, tamatiesous, Worcestersous, asyn, blatjang en suiker by, laat opkook. Verwyder van hitte en hou eenkant. Geur die tjops met sout en peper, sprinkel 'n bietjie koekmeelblom aan beide kante van die tjops om hulle daarmee te bedek. Rangskik die tjops in 'n groot oondvaste bak, giet die kerriemengsel oor, bedek en bak in 'n voorverhitte oond teen 180C vir sowat 60 minute, verwyder die deksel en bak 'n verdere 30 minute tot effens bruin. Sit voor met rys en gestoofde droëvrugte. Lewer 4 porsies.

## INDIESE KERRIE-AARTAPPEL IN EIERVERUGSKILLE

*Die aartappel of "aloo", soos dit in baie Indiese tale bekend staan, is 'n belangrike bestanddeel vir die groot vegetariese Hindoe-bevolking. Die gereg lyk nie net aantreklik nie, maar smaak ook heerlik.*

2 groot eiervrugte  
500g blusaartappels, geskil en in blokkies gesny  
15ml komynsade  
1 ui, fyngekap  
1,5ml fyn gemmer  
1 vars groen brandrissie, ontpit en fyngekap  
5ml aangemaakte mosterd  
30ml suurlermoensap

sout om bo-oor te sprinkel  
75-120ml sonneblomolie  
5ml sesamsade  
1-2 knoffelhuisies, gekneus  
2,5ml borrie  
5ml koljander  
2,5ml sout

### OM VOOR TE SIT

60ml natuurlike jogurt  
30ml vars koljanderblare, gekap

garam masala, om bo-oor te sprinkel

Sny die eiervrug middeldeer in die lengte. Skep die eiervrugvleis uit met 'n lepel sodat 'n lagie vleis teen die skil behoue bly ongeveer 5mm dik (wees versigtig om nie die skil te beskadig nie). Sny die eiervrugvleis in 1,5cm blokkies. Sprinkel sout aan die binnekant van die eiervrugskil en plaas skil in vergiettes met gesnyde kant na onder. Versprei die eiervrugblokkies eweredig op 'n bordjie, sprinkel nog sout bo-oor. Laat staan vir 30 minute, spoel goed af en druk liggies droog met kombuispapier. Verhit soutwater tot kookpunt, voeg aartappelblokkies by en laat 5 minute kook. Dreineer en laat afkoel. Plaas die eiervrugskille op 'n bakplaat, gesnyde kant na bo, bestryk met 30ml van die olie en bak in 'n voorverhitte oond teen 190C vir 10-15 minute of tot sag. Verwyder uit oond en plaas eiervrugskille, gesnyde kant na onder, op 'n bordjie sodat oortollige olie kan dreineer. Verhit nog 30ml van die olie in 'n groot braaipan, voeg die komyn en sesamsade by en sodra dit begin skiet, voeg die ui, knoffel, gemmer en brandrissie by. Roerbraai vir 2-3 minute en voeg die eiervrugblokkies by. Braai vir 4-5 minute of tot net gaar, roer af en toe en voeg nog olie by indien nodig. Voeg die borrie, koljander, mosterd, sout en aartappels by en roerbraai 5-6 minute of totdat die aartappels goudbruin is. Verwyder van die hitte en roer die suurlermoensap by. Geur na smaak. Plaas eiervrugskille op bakplaat, gesnyde kant na bo. Verdeel aartappelmengsel in vier eweredige gedeeltes en skep in eiervrugskille. Bak 'n verdere 10 minute of tot deurwarm. Sit dadelik voor met die jogurt, sprinkel 'n bietjie garam masala en gekapte vars koljander bo-oor.

**H**ere, maak my oë oop om die behoeftes van elkeen om my raak te sien.

Gee my 'n ruim hart.

## AARTAPPEL EN GROENTE-KERRIE

5ml olie	1 ui, gekap
1 knoffelhuisie, gekneus	15ml sterk kerriepoeier
500g klein aartappeltjies	250ml groenteaftreksel
3 preie, gekap	15ml bruin asyn
1 blik (410g) heel, geskilde tamaties, grof gekap	15ml suiker
200g groenboontjies, stingelente afgesny, gehalveer	200g wortels, geskil, in ringetjies gesny
100g blomkool, dik stingels afgesny, in blommetjie gebreek	

Verhit olie in groot swaarboomkastrol. Soteer ui en knoffel daarin tot sag en deurskynend. Voeg kerriepoeier by en braai 1 minuut. Voeg die aartappels en die groenteaftreksel by, bedek en prut 15 minute. Voeg die res van die bestanddele by en prut onbedek nog sowat 15minute totdat die vloeistof verminder het en die aartappels sag is. Sit voor met mango-atjar, gekapte komkommer en natuurlike jogurt. Lewer 4 porsies.

## KERRIEFRIKKADELLE

### SOUS

60ml olie	2 uie, gekap
1 kaneelstokkie	500ml water
10ml tamatiesous	5ml masala
5ml borrie	5ml gemmersmeer
2,5ml sout	15ml bruin asyn
2 lourierblare	5ml suiker
3 wonderpeperkorrels	10ml droë broodkrummels

### FRIKKADELLE

4 snye ou brood, 5 minute in water geweek, die ergste water dan uitgedruk	
2,5ml borrie	15ml varsgekapte pietersielie
15ml botter	1 tamatie, in blokkies gesny
2,5ml sout	500g maer maalvleis

Verhit olie in groot swaarboomkastrol en soteer die uie daarin tot sag. Voeg kaneel, water, tamatiesous, masala, borrie, gemmersmeer, sout en asyn by. Meng goed en laat prut. Meng geweekte brood, borrie, pietersielie, botter, tamatie, sout en maalvleis liggies in 'n mengbak. Vorm mediumgrootte bolletjies. Die sous moet saggies prut wanneer die frikkadelle bygevoeg word. Indien nodig kan nog water by die sous gevoeg word voordat die frikkadelle bygevoeg word. Voeg die lourierblare, suiker, wonderpeperkorrels en broodkrummels by. Moet die gereg nie roer nie. Bedek en laat saggies prut tot gaar, sowat 15minute lank. Sit dit voor met geel rys en, indien verkies, met 'n lekker sambal van rissies en wortels. Lewer 4 porsies.

## VOLSTRUISFILLETTE MET ROOIKERRIE

10ml fyngekapte koljandersade	500g volstruisfillette in skywe gesny
50ml olie	45g rooikerrie pasta
1 ui, fyngekap	1 eiervrug, gekap, gesout en gedreineer
125ml hoenderaftreksel	1 blikkie klappermelk
10ml gerasperde lemmetjieskil	

Vryf die fillette met koljandersade in. Verhit olie in pan en soteer uie en eiervrug vir 1 minuut. Voeg res van bestanddele by en prut vir 5 minute. Hou eenkant. Bak fillette in olyfolie vir 3 minute aan elke kant vir 3 minute of tot mooi bruin. Pak in bord - hout lyk mooi - en gooi sous oor. Laat staan en verhit net voor opdiening. Versier met koljanderblare en bedien met jasmynrys. Lewer 6 porsies.

## MAALVLEIS EN LENSIE KERRIE

15ml elk botter en olyfolie  
2 brandrissies, ontpit en opgekap  
1kg maalvleis  
5ml mosterdsaad  
Kaneelstokkies  
10ml vars koljanderblare, opgekap  
5ml gemaalde komynsaad  
3 tamaties, geskil en opgekap  
10ml gharam-masala

1 ui, in ringe gesny  
6 huisies knoffel, gekneus  
7,5ml borrie  
4 heel naeltjies  
15ml masala vir kerrie  
10ml gemaalde gemmer  
2 kardamompeule  
500ml bruin lensies, gaar

Verhit botter en olie in 'n kastrol en braai die ui, brandrissies en knoffel liggies daarin. Voeg maalvleis by en braai tot gaar. Voeg die volgende nege speserye by, dan die tamatie en daarna die lensies. Voeg kookwater by soos verkies en kook liggies. Voeg gharam-masala laaste by en laat goed prut. Bedien met rys of pasta.

## GEREG MET KERRIE-AARTAPPELS EN KASJOENEUTE

30ml olie  
1 ui, fyngekap  
10ml matige kerriepoeier  
1ml kaneel  
100g kasjoeneute  
45ml blatjang  
200g pampoen, in blokkies gesny  
sout en varsgemaalde swartpeper

10ml botter  
2 knoffelhuisies, gekneus  
5ml borrie  
300g baba-aartappels, gehalveer  
410g blik heel tamaties, grofgekap  
125ml groente-aftreksel  
200g broccoli-blommetjies

Verhit olie en botter in 'n groot swaarboomkastrol. Soteer die ui en knoffel tot sag en deurskynend. Voeg die kerriepoeier, borrie en kaneel by en roerbraai vir een minuut. Voeg die aartappels, neute, tamatie, blatjang en groente-aftreksel by, bedek en laat saggies prut vir 10-15 minute. Voeg die pampoemblokkies en broccoli by en laat verder prut totdat die groente sag maar nog bros is en hul vorm behou. Voeg nog aftreksel by indien nodig. Geur met sout en peper. Sit voor met piesangskywe en blatjang. Lewer 4 porsies.

## KERRIEHOENDER IN WYNSOUS

15ml olie  
15ml matige kerriepoeier  
250ml rooi wyn  
1 lourierblaar  
10ml suurlemoensap  
5ml sout  
varsgemaalde swartpeper na smaak  
250ml mayonnaise  
500ml gaar rys

1 middelslag ui, gekap  
5ml tamatiesous  
125ml water  
2 suurlemoenskyfies  
30ml appelkooskonfyt  
5ml suiker  
250ml room  
500ml gaar hoender

Verhit olie in swaarboomkastrol. Soteer uie tot deurskynend en sag. Voeg kerriepoeier by en braai 1 minuut lank. Roer deurentyd. Voeg die tamatiesous, wyn, water, lourierblaar, suurlemoenskyfies, suurlemoensap, appelkooskonfyt, sout, suiker en peper by. Laat 5-10 minute lank prut. Laat toe om af te koel. Verwyder lourierblaar en suurlemoenskyfies. Klits room tot styf. Vou die mayonnaise in die styfgeklitste room in. Meng die gaar hoender, mayonnaisemengsel en kerriemengsel liggies saam. Sit voor met rys. Lewer 4-6 porsies.

**Here, wys my wat ek vandag moet doen om vir ander 'n seen te wees.**

## KERRIE-SKAAPSKENKEL EN AARTAPPELSOP

*'n Uitstekende eenpotmaaltyd om op 'n koue winteraand om die kaggel voor te sit. Moenie die lekker tuisgebakte growwebrood daarmee saam vergeet nie!*

500g skaapskenkel, in 2cm stukke gesny	30ml olie
15ml botter	2 mediumgroot uie, gekap
4 groot aartappels, geskil en in dik skywe gesny	3 groot wortels, in skuins ringe gesny
250ml gekapte seldery	30ml kerrie
5ml borrie	125ml koekmeel
2 liter hoenderaftreksel	½ suurlemoen se sap
10ml suiker	gegeurde seesout na smaak
125ml room	gekapte pietersielie

Verbruin die vleisblokkies in 'n groot swaarboomkastrol in die olie en botter. Voeg die groente by die vleis en roerbraai tot sag en glansend. Voeg die kerrie en borrie by en laat liggies braai om die geur van die speserye te ontwikkel. Voeg die meel by en roer tot al die meel deur die groentesappe geabsorbeer is en geen wit kolle sigbaar is nie. Voeg die aftreksel by. Laat die sop sowat 2 uur stadig prut. Voeg die suurlemoen sap, suiker, gegeurde seesout by. Roer die room in en gooi 'n handvol gekapte pietersielie by. Die sop sal die volgende dag selfs lekkerder wees. Lewer 8 porsies.

## HOENDERROLLETJIES MET 'N KERRIESOUS

8 hoenderborsies, vel afgetrek en ontbeen	suurlemoenpeper na smaak
Aromat na smaak	8 vars pynappelstafies (langwerpig gesny)
'n bietjie klapper	50ml botter of olyfolie
sowat 10ml kerriepoeier	5ml komyn
2,5ml borrie	2,5ml fyn gemmer
2,5ml paprika	150ml wit wyn
250ml vars room	1 blokkie hoenderaftreksel (verkrummel)
2 piesangs (in skyfies gesny)	geroosterde amandelvlokkies

Kap hoenderborsies saggies plat en geur met suurlemoenpeper en Aromat. Rol pynappelstafies in klapper en rol hoenderborsies daarna om stafies. Bind vas met tou of steek vas met peuselstokkies. Verhit olie in groot pan, braai hoenderrolletjies tot bruin, verwyder uit pan en hou eenkant. Braai speserye 'n paar minute in pan. Voeg wyn by en prut 'n paar minute. Roer room en hoenderaftreksel by. Plaas hoenderrolletjies in sous, bedek en prut sowat twintig minute of tot gaar. Soteer piesangskyfies in 'n bietjie verhitte botter. Hou eenkant. Plaas hoenderrolletjies met sous in 'n opdienskottel. Garneer met piesangskyfies en geroosterde amandelvlokkies. Sit voor met gegeurde rys en slaai.

## ROMERIGE KERRIEWORTELSOP

25g botter	1 medium-grootte ui, geskil, fyngekap
1 vet knoffelhuisie, gekneus	400g wortels, geskil en in skywe gesny
1 liter vleisafreksel	15ml tamatiepuree
sout	knippie suiker
kerriepoeier na smaak	komynpoeier na smaak
rissiepoeier na smaak	120ml vars room
30ml fyngekapte pietersielie	

Smelt botter in groot pan. Soteer uie en knoffel tot goudbruin. Voeg wortels en vleisafreksel by. Bring tot kookpunt en laat prut sowat 25 minute. Giet sop deur 'n sif in 'n kastrol. Verwerk wortelmengsel wat in sif agterbly daarna in 'n voedselverwerker tot glad. Voeg tamatiepuree, sout, suiker, kerrie-, komyn- en rissiepoeier by wortelpuree en bring tot kookpunt. Roer goed. Klop room op. Verwyder sop van stoof en roer room in. Garneer met pietersielie. Sit voor met broodjies van u keuse.

**Here, ek bid dat ek geken word aan die vrugte wat ek dra.**

**Mag die vrugte van eerlikheid, betroubaarheid  
en nederigheid al my verhoudings versoet.**

## GROENTEKERRIE MET 'N RYSBOLAAG

350g bevrore, gemengde groente  
melk om brood in te week  
30ml blatjang  
2 groot uie, gekap  
15ml kerriepoeier (of na smaak)  
2,5ml komyn  
150g gaar droëbone (fyngedruk)  
3-4 lourierblare

2 dik snye brood  
sout en peper na smaak  
15ml suurlemoensap  
1 vet knoffelhuisie, fyngedruk  
5ml borrie  
2,5ml fyn kaneel  
60ml gepelde amandels

Kook groente tot net sag en dreineer baie goed. Maal grof. Sny korsies van brood af en week in melk. Meng sout, peper, blatjang en suurlemoensap. Meng met brood. Soteer uie, knoffel en al die speserye in olyfolie en voeg by broodmengsel. Voeg fyn groente en bone by. Meng liggies, maar deeglik. Giet mengsel in gesmeerde, ondvaste bak. Maak gelyk en druk effens vas.

### RYSBOLAAG

2 eiers  
125ml olie of gesmelte botter  
5ml bakpoeier  
30ml fyn gekapte pietersielie  
250ml gaar rys

500ml melk  
200ml bruismeel  
15ml fyngerasperde ui  
knippie neutmuskaat

Klits eiers en melk. Voeg olie by en klits. Sif droë bestanddele en voeg pietersielie by. Voeg eiermengsel en rys by. Meng goed en giet oor groentemengsel. Maak effens gelyk bo-op. Bak sowat veertig minute of tot goudbruin en gaar by 180C.

## VARKVLEIS-APPELKOOSKERRIE

1kg varkvliesblokkies  
2 knoffelhuisies, gekneus  
3 tamaties, gekap  
250ml appelkoosssap  
1 appel gekap

1 ui, gekap  
5ml kerriepoeier  
50ml suurlemoensap  
50ml blatjang

Braai die vleis bruin, geur goed met sout en swartpeper. Soteer ui, voeg die kerrie en knoffel by en braai 1 minuut. Verhit tamaties en 2 sappe, voeg blatjang en appel by. Gooi alles bymekaar, sit deksel op en laat prut 1 uur. Verwyder deksel, prut 5-10 minute tot sous verdik (kan bietjie mielieblom verdik word, indien nodig). Sit voor met rys. Lewer 4 porsies.

## SOET MALEISE KERRIE

2 lourierblare  
4 heel, rooi brandrissies  
3 kaneelstokkies, in kleiner stukkie gebreek  
2 groot uie, in ringe gesny  
15ml borrie  
15ml masala  
60-90ml appelkoos- of perskekonfyt  
500g McCain Mixed Vegetables  
65ml grofgekapte koljanderblare

4 heel naeltjies  
6 groot huisies knoffel  
50ml sonneblomolie  
30ml goeie kerriepoeier  
1,4kg maer stowelamsvleis  
15ml suurlemoensap  
600ml voorbereide lam of beesafatreksel  
400g McCain Potato Wedges

Verwerk of stamp lourierblare, naeltjies, brandrissies, knoffel en kaneel in 'n vysel en stamper tot fyn. Verhit olie in 'n groot kastrol en voeg mengsel, uie, kerrie poeier en borrie by. Soteer tot geurig en voeg vleis by. Verbruin liggies en bedek met 'n styfpassende deksel. Laat prut oor baie lae hitte; omtrent 1-1½ uur. Die vleis trek gewoonlik genoeg water om in te prut, maar voeg af en toe 'n paar lepels kookwater by indien werklik nodig. Wanneer vleis sag is, voeg masala, suurlemoensap, konfyt, aftreksel, McCain groente en aartappelwiggies by. Laat prut vir 'n verdere 15 minute of tot groente gaar is. Indien nodig, verhoog hitte, verwyder deksel en kook vinnig tot sous goed ingedamp het en lekker klewerig is Besprinkel met koljander en bedien met Basmati-rys en 'n verskeidenheid gemengde sambals. Bedien 6.

## MADRAS BEESKERRIE

15ml sonneblomolie	2 medium uie, fyngekap
3 huisies knoffel, fyngekap	60ml tamatiepuree
1kg stowebeesvleis, in blokkies gesny	250ml groente ekstrak
2cm vars gemmer, geskil en gerasper	60ml kerriepasta
6 baba-aartappeltjies, geskil en gehalveer	ekstra water
sout en peper na smaak	

Voorverhit die oond tot 180C. Verhit die olie in 'n swaarboomkastrol met oondvaste handvatsels. Voeg die vleis by en braai tot goudbruin. Haal die vleis uit die kastrol en sit eenkant in 'n skottel. Braai die uie, knoffel en gemmer in die kastrol tot dit deurskynend is. Voeg die kerriepasta by en kook vir ongeveer 2 minute of tot geurig. Voeg die vleis by die uiemengsel en roer tot dit goed bedek is. Voeg die tamatiepuree en ekstrak by en roer deeglik. Geur na smaak met sout en peper. Bak onbedek vir 50 minute. Roer af en toe en voeg nog water by, indien nodig. Verlaag die hitte na 160C. Voeg die aartappels by en kook vir nog 40 minute. Sit voor saam met Basmati rys. Lewer 4-6 porsies.

## PAMPOENKOF TA KERRIE

### PAMPOENKOF TA

450g gaar botterskorsie of pampoer	45ml koljanderblare, opgesnipper
2 knoffelhuisies, fyngestamp	3cm vars gemmer, gerasper
150ml meel	sout

Dreineer die botterskorsie of pampoer en maak dit fyn in 'n vergiettes. Druk al die water uit en meng dit met die res van die koftabestanddele. Smeer jou hande met die olie en maak okkerneutgrootte balletjies van die mengsel.

### KERRIE

5ml gemaalde koljander	5ml komynpoeier
1-5 rooi brandrissies (u eie keuse)	2ml borriepoeier
125ml droë klapper	2 groot uie, fyngekap
60ml sesam of grondboonolie	3-4 tamaties, geskil en opgesny
15ml suiker	sout
200ml geroomde klappermelk	

Maak die koljander, komynpoeier, rooi brandrissies, borriepoeier en klapper fyn in 'n voedselverwerker of stamper en vysel om 'n pasta te vorm. Braai die uie tot sag en goudkleurig. Voeg die pasta by die uie en roer oor lae hitte. Voeg tamaties, 500ml water, suiker en sout by. Prut vir ongeveer 10 minute. Voeg klappermelk by. Prut vir 'n verdere 10 minute. Terwyl jy wag, braai die kofta in olie tot hulle goudkleurig is. Voeg die kofta by die pruttende kerriesous en kook vir sowat 15 minute. Sit warm voor met rys en vars gekapte koljanderblare. Lewer 6 porsies.

## GEBRAAIDE VIS MET ROOIKERRIE

200-500g heel vis soos rooistompneus of rooiroman	1 liter soja-olie
---	-------------------

### SOUS

25ml soja-olie	1 ui, fyn gekap
4 knoffelhuisies, fyngedruk met skil	12,5-25ml rooikerriepasta
250ml klapperroom	2ml sout
12,5ml ligte sojasous	12,5ml bruinsuiker
1 groot rooirissie	10 basiliekruidblare
2 suurlemoen of lemmetjie blare opgerol en in repies gesny	

Verhit die olie in 'n wok. Sny 'n paar kepe bo in die vis en braai tot gaar en brosserig. Sit eenkant terwyl die sous gemaak word. Verhit die olie in 'n wok, braai ui vir 30 sekondes en voeg knoffel by. Roer vir 15 sekondes en voeg die rooikerriepasta by. Braai vir omtrent 'n minuut en voeg die klapperroom, bruinsuiker, sojasous, sout en suurlemoenblare by. Laat kook sowat 3 minute. Voeg die rissies en basiliekruid by, giet oor die vis en sit onmiddelik voor.

## VIS MET RISSIESOUS

15ml sonneblomolie  
3 toontjies knoffel, gekneus  
65ml brandrissiesous  
15ml sojasous  
30ml water

15ml gerasperde groen gemmer  
65ml tamatiesous  
10ml suiker  
10ml sjerrie  
250g van jou gunsteling vis

Plaas die olie, gemmer, knoffel, tamatiesous en rissiesous in 'n warm pan. Roer 1 minuut oor matige hitte. Voeg die ander bestandele, behalwe die vis, by en meng. Voeg nou die stukkies vis by. Meng en oor baie warm hitte roerbraai tot vis gaar is. Die sous kan ook vir hoender of garnale gebruik word.

## PAMPOENPITPOFFERTJIES MET BYT

olie vir diepbraai  
150g pampoensade, gerooster en gekerf  
2 vars rooi brandrisses, fyn gekerf  
15ml vars, gekapte koljanderblare  
15ml soetrissiesous  
1 ekstra groot eier  
1 eierwit

500ml meel  
10ml bakpoeier  
1 vars groen brandrissie, fyn gekerf  
5ml gerasperde gemmer  
250ml water  
sout en peper

Voorverhit die olie in 'n diepbraai-pan. Voorverhit ook die oond teen 180C. Sif die meel en die bakpoeier saam. Voeg die pampoensade, rissies, koljander en gemmer by die meelmengsel. Kombineer die soetrissiesous, water en eier in 'n klein bak. Maak 'n gat in die meel en roer die eiermengsel by. Geur die beslag. Klits die eierwit tot dit sagte puntjies vorm en vou dan by die beslag. Braai eetlepelgroottes van die beslag (nie meer as vyf op 'n slag nie) vir ongeveer 5 minute. Dreineer op 'n papierhanddoek, sit op bakplate en bak vir ongeveer 10 minute. Bedien warm of teen kamertemperatuur. Maak ongeveer 20 poffertjies.

## GARNAAL EN KOMKOMMER KERRIE

125g uie, 100g fyngekap en 25g in fyn skyfies gesny  
6 knoffelhuusies, 4 fyngekap, 2 in dun skyfies gesny  
5ml witpeper  
5ml borrie  
3-4 droë brandrissies  
300g komkommer, geskil, in dik skywe gesny  
5ml bruinsuiker  
25ml olyfolie

25ml gemaalde koljander  
12.5ml gemaalde vinkel  
12.5ml fyn komyn  
450ml water  
5ml sout  
375g rou garnale, afgedop, are verwyder  
400ml klapperolie

Sit die gekapte uie, gekapte knoffel, koljander, gemaalde vinkel, witpeper, komyn, borrie en water in 'n medium grootte pan. Krummel die brandrissie in en roer deeglik. Verhit tot kookpunt en laat dit dan vir nog 5 minute lank onbedek kook. Voeg die komkommer by die pan en prut vir 5 minute. Voeg dan die garnale, sout en suiker by. Verminder die hitte na prutpunt en kook vir 1 minuut. Voeg die klappermelk by en laat weer kook. Verminder weer die hitte en prut vir 1 minuut terwyl voortdurend geroer word. Verwyder die pan van die hitte. Giet die olie in 'n braaipannetjie, verhit en voeg die skyfies knoffel en uie by. Braai tot goudbruin. Skep bo-op die garnaalmengsel en bedek dadelik om die geur te verseël. Lewer 4 porsies.

**Here, laat my groei in kennis van die krag van gebed.  
Ek weet dat niks vir U onmoontlik is nie.**



## PIENANGKERRIE MET ROMERIGE MIELIEPAP

*Vir dié "droë" fynvleis-kerriegereg uit eie bodem word die vleis lank en stadig gestowe - moet dus nie 'n lang sous verwag nie. Maak dit verkieslik die dag voordat jy dit wil voorsit.*

1kg skaap of lamstjops	30ml olie
sout en vars gemaalde swartpeper na smaak	200ml vleisaftreksel
2 uie, gekap	6 vet knoffelhuisies, gekneus
2 brandrissies, pitte verwyder en fyn gekap	2 kaneelstokkies
2cm stuk vars gemmer, geskil en gerasper	2 lourierblare
4 heel naeltjies	4 wonderpeperkorrels
5ml koljandersaad	30ml masala vir vleis (of kerriepoeier)
10ml borrie	30ml bruinsuiker
30ml blatjang of appelkooskonfyt	100ml tamarynwater (lees die wenk)
romerige mieliepap	250ml mieliemeel
500-750ml melk	sout en vars gemaalde swartpeper
30ml botter	100ml suurroom of crème fraîche

Verhit die olie in 'n swaarboomkastrol en braai die vleis – net 'n paar tjops op 'n slag – totdat dit mooi goudbruin is. Skep die vleis uit, geur dit met sout en swartpeper en braai dan die res. Skep al die vleis terug in die kastrol en gooi die vleisaftreksel by. Verhit dit tot kookpunt, sit die deksel op en prut oor matige hitte vir 2-2½ uur of totdat die vleis sag is en van die been wil afval. Haal die kastrol van die plaat af en laat die vleis heeltemal afkoel. Sit die kastrol oornag in die yskas sodat die vetlagie bo-op kan stol en maklik verwyder kan word. Skep die vetlagie die volgende dag af en vlok die vleis van die bene af. Braai die uie in dieselfde kastrol oor matige hitte tot sag en deurskynend. Maak die knoffel, brandrissies, gemmer, kaneelstokkies, lourierblare, naeltjies, wonderpeper en koljander in 'n stamper en vysel fyn en gooi dié geurige mengsel saam met die masala, borrie, bruinsuiker en blatjang by die uie. Roerbraai vir 'n paar minute. Gooi die tamarynwater en vleis by en roer deur. Prut dit totdat die vleis deurwarm en gegeur is. Sit dit voor op romerige mieliepap met crème fraîche.

### MAAK DIE MIELIEPAP

Gooi die melk, mieliemeel, sout en peper in 'n medium kastrol en verhit tot kookpunt terwyl jy dit aanhoudend roer. Verlaag die hitte sodra die pap dikker word en laat dit dan vir 5-10 minute prut. Roer die botter en suurroom deur en proe of jy nog sout wil bygooi. Die pap moet sag wees, maar nie loperig nie. Die pap verdik as dit staan en moet verkieslik dadelik bedien word. Gooi nog melk by as dit te dik is. Lewer 4 porsies.

### WENK

Tamaryn is 'n Indiese vrug wat aan kerriegeregte 'n suur smaak verleen. Dit lyk amper soos dadels, maar is effens donkerder en word gewoonlik in water geweek voordat jy dit gebruik. Tamaryn kan met asyn of suurlemoensap vervang word, maar dié plaasvervangers verskaf nie naastenby dieselfde pikante geur nie. Wees op die uitkyk daarvoor (dis gewoonlik in blokkies saamgepers) by Indiese of Kaaps-Maleise spesialiswinkels.

## GARNAAL EN PYNAPPELKERRIE

825ml klappermelk	30ml seekos kerriepasta
20ml vars lemmetjie of suurlemoensap	20ml tamarynsap
10ml ligte bruinsuiker	500ml gekapte vars pynappelstukke
250g klaar skoongemaakte garnale	

Meng die klappermelk, kerriepasta, lemmetjiesap, tamarynsap en suiker saam in 'n pan. Laat dit kook en voeg die garnale en pynappel saam en laat kook vir 'n paar minute totdat die garnale gaar is. Bedien warm met basmatierys.

**H**ere, gee my die leiding om te weet hoe om in elke situasie  
en vir elke saak voorbidding te doen.  
Gee my die vrymoedigheid om te vra.

## VRUGTE-VARKVLEISKERRIE

1 kg varkskenkel, in porsies gesaag  
2 uie, in skywe gesny  
30ml matige kerriepoeier  
2 groot tamaties, geskil en gekap  
vars gemaalde swartpeper na smaak  
250ml appelkoossap  
100ml sultanas

15ml kookolie  
2 klein knoffelhuisies, gekneus  
2ml gemaalde koljander  
5ml sout  
3 lourierblare  
50ml suurlemoensap  
1 groot appel, ontkern en in skywe gesny

Braai vleis bruin in verhitte kookolie in 'n swaarboomkastrol. Voeg ui en knoffel by en soteer tot deurskynend. Voeg kerriepoeier en koljander by en braai ongeveer 12 minute lank. Voeg die res van die bestanddele by. Plaas deksel op, verminder hitte en laat prut ½ uur lank of tot sag. Verwyder die deksel, verhoog die hitte en damp vloeistof af totdat vleissous genoegsaam verdik het. Sit voor met rys. Lewer 4 porsies.

## THAISE SEEKOSKERRIE

*Hierdie is nie 'n kerrie wat jou gaan laat sweet nie. As jy dus van sterker kos hou, voeg ekstra masala en brandrissies by.*

2 uie, grof gekap  
250g ferm wit vis, in blokkies gesny  
125g garnale, skoongemaak  
2 rooi brandrissies, ontpit en gekap  
5ml borrie  
2ml koljander  
ongeveer 500ml groente-aftreksel  
125ml klapperroom

45ml olie  
250g gemengde seekos  
5ml swart mosterdsaadjies  
5ml garam-masala  
2ml komyn  
1 blik gekapte tamaties  
sout en peper na smaak

Braai die uie in die olie. Maak ál die seekos skoon en sit op kombuispapier om van ekstra vog ontslae te raak. Voeg die mosterdsaad, rissies, garam-masala, borrie, komyn en koljander by die uie en braai liggies vir 2-3 minute. Voeg die tamaties en aftreksel by en verhit tot kookpunt. Prut sowat 10 minute tot die sous effens afgekook en geurig is. Geur na smaak met sout en peper. Voeg seekos by en prut liggies tot gaar. Roer die klapperroom en 'n hand vol gekapte vars koljander by. Sit voor op basmatirys. Genoeg vir ses mense.

## KERRIETUNA KELK

1 klein slaaikoppie, gesnipper  
75ml mayonnaise  
25ml suurlemoensap  
1 suurlemoen  
suurlemoenwiggies  
olywe

185g blik tuna  
12,5ml kerriepoeier  
3 piesangs  
paprika

Verdeel die gesnipperde slaai tussen 6 kelkies. Dreineer en vlok die tuna. Meng die mayonnaise, kerriepoeier en suurlemoensap baie goed. Sny die piesangs in dun skywe en voeg dit by die gevlokte tuna. Meng dit liggies met die mayonnaise-mengsel. Skep op gesnipperde slaai in kelkies. Besprinkel met paprika. Garneer met suurlemoenwiggies en olywe. Lewer 6 porsies.

**H**ere, ek bid dat ek 'n leergierige hart sal hê  
wat oop is vir dit wat U wil hê ek moet weet.  
Help my om U woord elke dag getrou in my siel te bêre.

## KERRIE LAM SOSATIES

500g maer lamsboud of skouerlam, in blokkies gesny      koljander takkies vir garnering

### VIR DIE MARINADE

1 groen rissie, ontpit en gehalveer	2 knoffelhuisies, gekneus
2,5cm stukkie gemmer, geskil en fyngekap	50g geroosterde amandelvlokkies
10-20ml matige kerriepoeier	30ml lae vet natuurlike jogurt

Vir die marinade, plaas die rissie, knoffel, gemmer en amandelvlokkies in 'n voedselprosesseerder totdat dit fyngekap is. Voeg die kerriepoeier, jogurt en 3 eetlepels water by. Meng dit totdat die mengsel glad is. Plaas die marinade in 'n groot bak. Voeg die lam by en meng sodat al die vleis goed bedek is. Verf of sproei 8 sosatiepenne met olie. Ryg die vleis op die penne, bedek en plaas in die yskas vir 1 uur. Verhit die roosterelement op sy warmste. Verf of sproei die braaipan met olie om te verhoed dat die vleis vassit aan die pan. Braai die sosaties vir 10 minute, of totdat die vleis gaar is. Draai hulle gereeld om en verf met die marinade. Garneer met die koljander takkies en bedien onmiddellik.

## KEKERERTJIE KERRIE

10ml koljandersaad	10ml komynsaad
10ml mosterdsaad	2 gedroogde rooirissies, fyngemaak
25ml olie	1 medium ui, opgekap
4 knoffelhuisies, opgekap	50g gemmer, opgekap
10ml matige kerriepoeier	6 kerrieblare
410g blik heel geskilde tamaties	sout na smaak
2 groot vars tamaties, in kwarte gesny	30ml wit suiker
100g fyngemaakte kasjoeneute	410g blik kekerertjies
10 vlapampoentjies, in kwarte gesny	10 murgpampoentjies, in stukke gesny
200ml kokosmelk	

Plaas die koljander, komyn, mosterdsaad en rissies in 'n pan en droogbraai vir 15 sekondes om die geure vry te stel. Kneus dan die speserye met 'n stamper en wysel. Verhit die olie in 'n swaarboompot, en gooi dan die uie, knoffel en gemmer by. Sauté tot sag en goudbruin. Gooi nou die speserye, kerriepoeier en blare by, en braai vir ongeveer 20 sekondes voordat jy die geblikte en vars tamaties byvoeg. Laat vir 30 minute oor lae hitte prut, totdat die tamaties gedisintegreer het. Gooi die suiker, asook sout na smaak by. Verwyder van die hitte en haal die kerrieblare uit die pot. Gooi die neute by en puree dan met 'n handmenger. Plaas terug op die warm plaat. Gooi 250ml water, die kekerertjies, vlapampoentjies, murgpampoentjies en kokosmelk by. Prut totdat die groente al dente is. Lewer 6 porsies.

## KRAP IN KERRIESOUS

1 groot krap	30ml kookolie
10ml kerriepoeier	125ml melk
15ml rissiepasta	1 geklitste eier
30ml oestersous	1 ui, fyngekap
2 selderystokkies, fyngekap	2 sprietuie, fyngekap
2 rooirissies, fyngekap	1ml gemaalde peper

Was die krap, verwyder die dop en kap die vleis op. Verhit die kookolie in 'n kleefwerende pan. Sodra die olie warm genoeg is, voeg die krap by en braai tot gaar. Voeg dan die kerriepoeier by. Meng die melk, pasta en eier deeglik in 'n mengbak. Gooi die mengsel in die pan en voeg die oestersous by terwyl jy die mengsel liggies roer. Voeg die gekapte groente by, roer en voeg peper by. Laat prut tot gaar ongeveer 7 minute. Lewer 2 porsies.

*Here, ek soek vandag allereers U nabyheid op  
en vra dat U my in staat sal stel om volmaakte orde in my lewe te skep.*

## KERRIE-WATERBLOMMETJIESLAAI

*Ons ken almal kerrieboontjies. Waterblommetjies is net so lekker op hierdie manier berei.*

1 houer waterblommetjies, in kleiner stukkies gebreek	2 medium uie, in halwe ringe gesny
375ml groenteaftreksel	2 knoffelhuisies, gekneus
125ml appelasyn	65ml suiker
5ml gekeurde sout	10ml medium-kerriepoeier
15ml mielieblom	30ml water

Plaas die waterblommetjies, uie, aftreksel en knoffel in 'n medium-groot kastrol. Kook sowat 15 minute tot die groente sag is. Meng die asyn, suiker, sout en kerriepoeier. Voeg by die waterblommetjies en verhit tot kookpunt. Meng die mielieblom met die water en voeg by die mengsel. Roer tot verdik. Laat afkoel. Skep in bottels, verseël en plaas in die koelkas. Heerlik saam met gebraaide vleis, hoender of vis. Lewer 6 porsies.

## KLAPPERMELKKERRIE MET LENSIES EN GROENTE

*Hierdie kerriegereg is baie aanpasbaar: Dis nie uitsluitlik 'n vegetariese gereg nie en die lensies kan dus met hoenderstukke of lamskenkels vervang word.*

30ml olie	1 ui, in skyfies gesny
10ml kerriepoeier	5ml fyn gemmer
200g rooi of bruinlensies, afgespoel in vergiettes	1 blik (400g) klappermelk
200-250ml hoender of groente-aftreksel	1 botterskorsie, in 1 cm-blokkies gesny
150g klein mielies, gehalveer	2 gedroogde brandrissies
50ml hanepoot of 25ml bruinsuiker	50g gedroogde pere, in dun repies gesny
sout en varsgemaalde swart peper	

Verhit olie en braai die ui tot sag en deurskynend. Voeg die kerriepoeier en gemmer by en braai vir 1 minuut voordat jy die lensies en groente byvoeg en verder braai. Wanneer alles warm en goed met die speserye gemeng is, voeg die klappermelk en aftreksel by en bring tot kookpunt. Voeg die hanepoot of bruinsuiker en pere by. As jy van 'n warm kerrie hou, gooi ook nou 'n paar gedroogde brandrissies by (onthou net om dit voor opdiening te verwyder, ingeval iemand dit raakhap). Kook oor lae hitte vir 25-30 minute. (Indien hoender of lam gebruik word moet die kooktyd verleng word.) Roer elke nou en dan, aangesien lensies maklik vassit onder in die pot. Voeg nog aftreksel of water by as dit nodig lyk. Toets of dit gaar is deur 'n happie lensies te vat – dit moet sag wees. Voeg sout en swart peper by. Bedien met koeskoes.

## BONE EN LENSIE KERRIE

1 blik bone in tamatiesous	1 blik suikerbone
250ml bruin lensies	2 uie, in ringe gesny
2 knoffelhuisies, fyn gesny	5ml vars gemmer, gerasper
10ml olyfolie	5ml kaneel
15ml kerriepoeier	5ml gemaalde komyn
5ml gemaalde koljander	15ml borrie
1 blikkie gekapte tamaties	sout en swartpeper

Kook die lensies tot sag en dreineer. Hou eenkant. Braai die knoffel, gemmer en uie in die olyfolie tot sag. Voeg die kaneel, kerriepoeier, komyn, gemaalde koljander en borrie by. Braai vir 1 minuut. Voeg die tamaties by en prut totdat dit 'n purée begin vorm. Voeg sout en peper by na smaak. Bedien met Basmati-rys, piesang en 'n groen slaai.

**H**ere, ek bid dat U vrede so in my hart en verstand sal heers  
dat mense dit sal kan aanvoel wanneer hul by my is.

## AARTAPPEL EN ERTJIE KERRIE

20ml botter  
10ml borrie  
10ml gemaalde koljander  
2 lourierblare  
450g geskilde aartappels in kwarte gesny  
300g gevriesde ertjies

1 opgesnyde ui  
10ml gemaalde komyn  
1/4 teelepel kerriepoeier  
1 blikkie geskilde tamaties  
300ml water

Smelt die botter in 1n kastrol en braai die uie tot dit sag is. Roer dan al die speserye by en voeg die res van die bestandele by. Bring tot kookpunt, draai dan die hitte af, sit 1n deksel op en kook stadig vir 15 minute. Lewer 3-4 porsies.

## DRIE BONE KERRIE

100g margarien  
3 knoffelhuisies, fyn gesny  
1 teelepel masala  
1 teelepel suiker  
Peper  
1 blik botterbone  
1 blik cannellini bone

2 uie, fyn gesny  
10ml gemaalde koljander  
1 teelepel rissiepoeier  
sout  
1 blik tamaties, opgesny  
1 blik niertjebone

Smelt die margarien en braai die uie daarin vir 10 minute. Voeg die knoffel en kruie by en braai vir 1n paar sekondes. Roer dan die tamaties, sout, peper en suiker by. Verminder die hitte en laat kook vir 10 minute. Voeg die bone by en kook tot die dis goed warm is.

## KERRIE SAMPIOENE MET TAMATIE

40ml olyfolie  
150g bruin sampioene  
10ml gemaalde koljander  
10ml komynsaad  
300ml witwyn  
varsgemaalde swartpeper

1 ui, gekap  
5ml rissiepoeier  
2,5ml borrie  
3 tamaties, geskil en gekap  
sout

Braai die uie in die olyfolie tot ligbruin. Voeg die komyn, rissiepoeier, koljander, borrie en sout en peper by. Braai vir 3 minute. VOeg die sampioene en tamaties by. Voeg die wyn by en bedek en kook vir 12 minute. Bedien as hoofgereg of groente.

## PAMPOEN EN HOENDERKERRIE

1 medium hoender in porsies gesny  
2 groot uie, in ringe gesny  
10ml vars gerasperde gemmerwortel  
2 groot tamaties, ontvel en gekap  
sout en vars gemaalde swartpeper  
30ml vars gekapte koljanderblare

45ml olie  
10ml fyngedrukte knoffel  
25ml matige kerriepoeier  
750ml pampoenblokkies  
250ml hoenderaftreksel

Verhit 1n groot dikboomkastrol en verf die bodem met olie. Braai die hoenderstukke tot goudbruin en skep uit. Verhit nog olie in dieselfde kastrol indien nodig en soteer die ui, knoffel en gemmer daarin tot sag. Voeg die kerriepoeier by en roerbraai nog 1n minuut tot geurig. Voeg die hoenderstukke, tamaties en pampoen by, geur met sout en peper en giet aftreksel oor. Bedek en laat stadig prut tot die hoender sag en gaar is. Voeg die koljander blare by, en roer liggies deur. Bedien 4-6 porsies.

**Here, gebruik my as U instrument om 'n positiewe verskil te maak  
in die lewe van die wat U oor my pad bring.**

## KERRIE BLATJANG

2kg beet  
6 x 250ml suiker  
4 groot uie, in ringe gesny  
20-30ml mielieblom

1 liter bruin asyn  
45ml kerriepoeier  
sout en peper na smaak

Kook die beet, laat afkoel en rasper grof. Plaas die asyn en suiker in 'n kastrol en voeg die kerriepoeier by sodra dit kook. Voeg die uie by en kook tot deurskynend. Geur met sout en peper. Skep die gerasperde beet versigtig by en laat deurkook. Maak die mielieblom met 'n bietjie water aan en voeg by. Roer tot die mengsel verdik. Skep in gesteriliseerde bottels en hou in die yskas.

## APPELKOOSKERRIE

1kg skaaprib  
2 knoffelhuisies, gekneus  
2.5ml borrie  
250ml vleisaftreksel  
Swartpeper  
250ml droë appelkose

1 ui, gesny  
10ml kerriepoeier  
1 lourierblaar  
5ml sout  
20ml gladde appelkooskonfyt  
20ml suurlemoensap

Braai die vleis bruin in olie en botter. Voeg die ui, knoffel, sout en swartpeper by en roerbraai tot geurig. Voeg die kerriepoeier en borrie by en roerbraai nog 2 minute. Voeg die lourierblaar, aftreksel, konfyt en suurlemoensap by. Verlaag hitte, bedek en prut 1-1 ½ uur. Voeg appelkose by en prut nog 15 minute.

## VISKERRIE

1kg koningklip  
250g mosselvis  
2 groot uie, gesny  
10ml garam masala  
2 knoffelhuisies, fyngedruk  
2 groot tamaties, ontvel en gekap  
1 vars brandrissie, ontsaad en gekap  
bossie dhania vir garnering

250g garnale  
sap van 1 groot suurlemoen  
50ml kookolie  
5ml gerasperde, vars gemmer  
5ml vinkelsaad  
3 lemmetjie- of suurlemoenblare  
375ml vis of groenteaftreksel

Sny die koningklip in blokkies, maak die garnale skoon en spoel die mosselvis onder koue lopende water af om van alle sand ontslae te raak. Besprinkel met suurlemoensap en plaas in die yskas. Soteer die uie in die olie. Roer die masala, gemmer, knoffel en vinkelsaad in, kook en roer ongeveer 3 minute. Voeg daarna die tamaties, blare en brandrissie in. Giet die aftreksel by en laat ongeveer 30 minute prut. Voeg die vis en seekos by en verhit tot kookpunt – dit is gaar wanneer dit stewig voel en die kleur verander het. Moenie te gaar laat word nie – net so 'n minuut of twee. Sit voor met rys en garneer met dhania-blare. Lewer 4-6 porsies.

## CHILI CON CARNE

1 vleisaftrekselblokkie  
40ml olie  
6 spekvleisrepië, swoerd verwyder, gekap  
2 uie, in dun skywe gesny  
450g tamaties, geskil, in skywe gesny  
5ml origanum  
25ml mielieblom

275ml kookwater  
700g maaltvleis  
410g baked beans  
1 groen soetrissie, in dun skywe  
2ml knoffelpoeier  
5ml rissiepoeier  
25ml koue water

Los die vleisekstrablokkie op in die kookwater om aftreksel te maak. Verhit die olie in 'n swaarboomkastrol. Voeg die maaltvleis, spekvleis, ui en soetrissie by en braai tot dit tot ligbruin. Roer dit gereeld om te voorkom dat dit aanbrand. Voeg die tamaties, knoffelpoeier, origanum en rissiepoeier by en vermeng goed. Roerbraai dit sowat 5 minute lank. Roer die aftreksel geleidelik by, plaas die deksel op en stowe dit ongeveer 30-40 minute lank oor lae hitte. Maak die mielieblom met die koue water aan tot 'n gladde pasta. Roer die mielieblommengsel by die maaltvleis en laat dit prut totdat dit verdik - ongeveer 5 minute lank. Roer die boontjies by en laat dit 3-4 minute lank prut totdat die boontjies deurwarm is.. Proe en voeg nog geurmiddels by na smaak by. Skep die gereg uit in 'n warm opskepskottel en garneer met tamatie wiggies en pietersielietakkies.

## KERRIE VISKOEKIES

720g gaar vis	1 gekapte ui
2 aartappels	250g graanvlokkies
60ml asyn	2 eiers
sout en peper na smaak	15ml kerriepoeier
10ml bakpoeier	10ml fyngekapte pietersielie
30ml meelblom	olie om in te braai

Maal die vis. Voeg al die bestanddele by, behalwe die meelblom. Vorm frikkadelletjies en rol in meelblom. Bak in warm olie tot goudbruin.

## KERRIE PIESANGFRIKKADELLE

2 dik snye dagoue witbrood, (korsies afgesny)	80ml melk
10ml olie	1 groot ui, fyngekap
15ml matige kerriepoeier	800g gemaalde beesvleis
45ml blatjang	30ml asyn
1 groot geelwortel, grof gerasper	1 eier, geklits

### SOUS

30ml olie	3 uie, gekap
15ml matige kerriepoeier	125ml asyn
10ml borrie	30ml bruinsuiker
60ml appelkooskonfyt	500ml water

6 ryp piesangs, in skywe gesny en besprinkel met suurlimoensap.

Voorverhit die oond tot 160C. Week brood in melk. Verhit olie en braai ui tot sag en deurskynend, maar nie bruin nie. Voeg die kerriepoeier by en braai vir nog 1 minuut. Laat afkoel. Druk oor tollige melk uit en maak geweekte brood met 'n vurk fyn. Meng die kerrie-uimengsel met die maalvleis en roer met vurk om maalvleis los te maak. Voeg brood, blatjang, asyn en wortels by. Voeg eier by en meng goed. Geur met sout en vars gemaalde swartpeper na smaak. Meng met 'n groot twee tandvurk al die bestanddele liggies maar deeglik deur. Moenie knie en druk aan mengsel nie. Vorm frikkadelle en pak dit langs mekaar in 'n gesmeerde vuurvaste bak.

### SOUS

Verhit olie en soteer uie tot sag. Voeg asyn, borrie, bruinsuiker en appelkooskonfyt by en geur met sout en vars gemaalde swartpeper. Voeg helfte van water by en bring tot kookpunt. Prut vir 5 minute. Voeg res van water by, bring tot kookpunt en kook 10-15 minute. Verwyder sous van hitte en roer die piesangskyfies by. Giet warm sous oor frikkadelle in vuurvaste bak en bak vir ongeveer 45 minute of totdat frikkadelle gaar is. Garneer met piesangskyfies en sit warm voor. Lewer 6 porsies.

## BLOMKOOL KERRIE

85ml verhelderde botter	2,5ml medium kerriepoeier
1 mediumblomkool, in blommetjies gebreek	250ml gewone jogurt
1 ui, gekap	2 knoffelhuisies, gekap
4 naeltjies	8 swartpeperkorrels
2 lourierblare	5ml koljandersaad
2cm-stuk kaneelstokkie	5ml vars rissie, fyn gesny
2 kardemompeule, gehalveer om saadjies vry te laat	250ml groenteaftreksel

Verhit 30ml verhelderde botter in 'n groot swaarboomkastrol. Voeg kerriepoeier en blomkool by en roerbraai 5 minute oor matige hitte. Skep blomkool uit kastrol en meng met jogurt. Verhit die oorblywende verhelderde botter in dieselfde kastrol, voeg ui en knoffel by en roerbraai sowat 10 minute oor stadige hitte tot goudkleurig. Voeg naeltjies, kardemom, peperkorrels, lourierblare, koljandersaad en kaneelstokkie by en braai 2 minute. Roer rissie, blomkoolmengsel en groente aftreksel by en prut 10 minute. Geur na smaak en sprinkel koljanderblare oor. Sit voor op rys saam met tamatie- en-komkommer sambalslaaie.



## KERRIEBOTTER HOENDER

8 hoenderdye, vel verwyder	sap van een suurlemoen
15ml masala	sout en vars gemaalde swartpeper
60ml olie	2 uie, in dun skywe gesny
1 soetrissie, in repies gesny	10ml komynsaad
10ml vinkel	4 kardemomsade
2 stukke pypkaneel	4 vet knoffelhuisies, gekneus
1x2.5cm vars gemmer, fyngekap	5ml borrie
2 suurlemoen- of lourierblare	2 groen brandrissies, fyngekap
6-8 vars, ryp tamaties	45ml tamatiepasta
50ml botter	vars koljander vir garnering

Vryf suurlemoensap oor hoenderdye. Sprinkel masala oor hoenderdye en geur na smaak met sout en vars gemaalde swartpeper. Bedek en laat eenkant staan vir 30 minute. Verhit helfte van olie in 'n kastrol en braai hoenderdye aan albei kante tot liggies verbruin. Verwyder hoender en hou eenkant. Verhit oorblywende olie in dieselfde kastrol en soteer ui en soetrissies oor lae hitte tot baie sag. Voeg komynsaad, vinkel, kardemomsade, pypkaneel, knoffel, gemmer, borrie, suurlemoen blare en brandrissies by. Roerbraai om geure te laat ontwikkel. Sny 'n kruisie deur die skil van die tamaties grof. Voeg by uie en soetrissies in kastrol saam met tamatiepasta. Bring tot kookpunt en prut vir 10 minute. Plaas hoender terug in kastrol en bring tot kookpunt. Prut vir sowat 35-40 minute stadig totdat vleis sag is en amper van die bene wil afval. Roer botter by. Proe en geur. Indien nodig kan 'n bietjie bruinsuiker bygevoeg word. Sprinkel koljanderblare oor net voordat gereg voorgesit word.

## KERRIE NOEDELSTAAI

250ml noedels, gekook volgens aanwysings op pakkie.

### SOUS

2 uie, in ringe gesny	kookolie
7,5ml kerriepoeier	1,5ml borrie
30ml blatjang	15ml appelkooskonfyt
15ml tamatiesous	80ml wit asyn
knippie sout	30ml sultanas
1 blik (440 g) pynappelstukke, gedreineer (hou sap)	3 — 4 piesangs, in skywe gesny

Soteer die uie in 'n bietjie kookolie tot sag. Voeg kerrie en borrie by en roerbraai nog 'n minuut. Verlaag hitte en voeg res van die bestanddele, behalwe die pynappelstukke en piesangs, by. Prut 'n paar minute. Laat afkoel en meng met die noedels. Voeg die pynappel en piesangs by en roer liggies deur. Genoeg vir 4 mense.

## ROMERIGE HOENDERKERRIE

1kg hoenderborsies, gefileer	15ml masala
125ml meelblom	sout en peper na smaak
45ml botter	30ml kookolie
2 groot uie, in dun skywe gesny	10ml elk komynsaad en vinkel
1 lourierblaar	5ml fyn gedrukte knoffel
410g heel tamaties	10ml masala
5ml borrie	2 groen brandrissies fyn gekap
500ml jogurt	5ml gharum masala
½ bossie vars koljander, gekap	

Meng masala, meelblom, sout en peper. Rol hoenderborsies in hierdie mengsel, skud oortollige meel af. Verhit kookolie en botter in 'n kastrol en braai hoenderborsies aan albei kante tot liggies verbruin. Verwyder hoender en hou eenkant. Soteer uie, komynsaad, vinkel en lourierblaar tot uie sag en deurskynend is. Kap tamaties en voeg by uie in kastrol. Voeg masala, borrie, knoffel en brandrissie by. Plaas hoender terug in kastrol en prut tot die hoender gaar is. Voeg die jogurt by en verhit tot deurwarm. Moenie die mengsel laat kook nie aangesien die jogurt sal skif. Sprinkel die gharum masala en koljander oor net voor die hoender voorgesit word.

## KERRIE EIERVRUG

4 medium eiervrugte, geskil, in lang repe gesny

ongeveer 250ml melk

### SOUS

25ml olie

2 knoffelhuisies, gekneus

2 tamaties, ontvel en gekap

25ml suiker

10ml borrie

25ml tamatiesous

1 hoender ekstrablokkie

12.5ml mielieblom

1 ui, in ringe gesny

1 Granny Smith appel, in blokkies gesny

17,5ml matige kerriepoeier

30ml wynasyn

50ml vrugteblatjang

5ml braaispeserye

500ml kookwater

### BEDEKKING

500ml koekmeelblom, gegeur met sout & peper

2 eiers geklits

nog olie vir braai

Week die eiervrugte in melk. (Die melk moet dit heeltemal bedek wees)

### MAAK INTUSSEN DIE SOUS AAN

Verhit die olie in 'n groterige pan. Braai die ui en knoffel liggies daarin. Voeg die appel en tamatie by en braai verder. Voeg die res van die sous bestanddele by behalwe die mielieblom. Verlaag die hitte en laat prut totdat 'n dikkerige sous gevorm het. Meng die mielieblom met 'n bietjie water en voeg by die sous. Roer goed en laat goed kook. Hou eenkant. Doop die geweekte eiervrugte in die gegeurde koekmeelblom en daarna in die geklitste eier. Verhit genoeg olie in 'n pan en braai die eiervrugvingers daarin tot alkante bruin. Pak lae eiervrug en sous in 'n platterrige skottel en plaas in die oond om die gereg goed warm te maak.

## SKAAPNEK KERRIE

25ml olie

2 knoffelhuisies, fyn gekap

1ml fyn gemmer

1ml borrie

1kg skaapnek, in skywe gesny

3 groot geelwortels, in ringe gesny

sout

1 groot ui, in ringe gesny

30ml matige kerriepoeier

1ml mosterdpoeier

1 stuk heel kaneel

3 tamaties, ontvel en gekap

3 groot aartappels, geskil, in blokkies gesny

Verhit die olie in 'n groot gietysterpot of swaarboomkastrol. Soteer die ui en knoffel daarin tot sag. Voeg al die geurmiddels by en braai sowat 1 minuut lank. Skep die uiemengsel uit en braai die vleis tot bruin aan albei kante. Voeg die uiemengsel en tamaties by, verlaag die hitte en prut totdat die vleis amper sag is. Voeg die groente by, geur na smaak met sout en prut tot die groente sag is en 'n lekker sous gevorm is.

## VINNIGE STEURGARNAALKERRIE

500g ongekookte steurgarnale, ontdooi

12.5ml kerriepoeier

2 uie, geskil en fyn gekap

4 selderystokkies, diagonaal opgesny

12.5ml goue stroop

vars koljanderblare vir opdiening (opsioneel)

12.5ml sonneblomolie

2 knoffelhuisies, fyngekap

1 rooi soetrissie, in skyfies gesny

150ml room

2.5ml sesamololie (opsioneel)

Ontdop die steurgarnale, maar behou die sterte. Roerbraai kerriepoeier, knoffel en uie in warm olie vir 2-3 minute, voor steurgarnale bygeroer word. Roerbraai vir 3-4 minute tot garnale tot pienk verkleur. Roer res van bestanddele by, geur na smaak en rond af met koljanderblare.

## KAAPSE KERRIE

2 uie, in ringe gesny  
15ml vars gemmerwortel, gerasper  
1 heel kaneelstok  
6 kardomonsade, gekneus (opsioneel)  
1kg stoweskaapvleis, in blokkies gesny  
15ml matige kerriepoeier  
15ml borrie  
2ml neutmuskaat  
1ml rooipeper  
20ml suiker

4 knoffelhuisies, fyngedruk  
1 groen soetrissie, in repe gesny  
1 lourierblaar  
olie om in te braai  
sout en varsgemaalde peper  
15ml fyn komynsaad (jeera)  
5ml fyn koljander  
5ml 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 suurlemoen sap asook nog sout en peper indien nodig.

## KAAPSE KERRIEVIS

500g ferm vars vis sonder grate, gefileer bv.  
koningklip, kabeljou of salm  
10ml matige kerriepoeier  
1 brandrissie fyngekap  
3ml sout na smaak  
30ml sagte bruinsuiker  
4 wonderpeperkorrels

100ml koekmeelblom  
olie  
2 middelslag uie, geskil en in dun skywe  
50ml vrugte blatjang  
250ml asyn  
2 lourierblare

Was en dreineer die visfilette deeglik in 'n vergiettes. Druk dit droog met kombuispapier. Sny dit in middelslag blokkies. Doop die visblokkies in die koekmeelblom sodat dit alkante bedek is. Gebruik 'n voedseltang vir die doel. Verhit olie oor hoë hitte in 'n groot braaipan. Die olie moet ongeveer 30mm diep wees. Braai die vis tot gaar. Draai dit eenkeer met 'n slaplemmes om. Dreineer dit op kombuispapier. Giet nog olie in die pan indien nodig. Soteer die uie en kerriepoeier 'n paar minute lank. Roer dit met 'n houtlepel. Voeg die brandrissie, blatjang en sout by. Verhit dit 1-2 minute lank. Rangskik die gebraaide vis in 'n glasbak en skep die kerrie- uiemengsel bo-oor sodat dit deeglik bedek is. Verhit die asyn, bruinsuiker, lourierblare en wonderpeperkorrels oor matige hitte in 'n klein kastrol totdat die bruinsuiker opgelos is. Roer dit met 'n houtlepel. Giet dit oor die kerrievis en laat dit afkoel. Bedek dit en plaas dit in die yskas. Bedien dit koud of by kamer temperatuur.

## VARKVLEISKERRIE

1 ui, gekap  
15ml gemmerwortel, gerasper  
1 kaneelstok (opsioneel)  
10-15ml masala of matige kerriepoeier  
5ml borrie  
1kg varkskenkels, in stukke gesny  
45ml koljanderblare  
2 aartappels, geskil en in stukke gesny  
½ botterskorsie, geskil en in stukke gesny  
2 knoffelhuisies, fyngedruk

4 knoffelhuisies, fyngedruk  
20ml olie  
2ml fyn komyn  
2ml koljander  
100ml hoenderaftreksel  
115g blikkie tamatiepasta  
sout en peper na smaak  
2 wortels, geskil en in stukke gesny  
skil van 1 suurlemoen, gerasper  
30ml koljanderblare, gekap

Roerbraai die ui, knoffel en gemmerwortel in die olie tot sag. Voeg die vleis by en braai tot effens bruin. Voeg die aftreksel, tamatiepasta en die 45ml koljanderblare by, verlaag die hitte en laat prut tot die vleis byna sag is. Voeg die groente by en laat dit prut tot sag. Geur die kerrie na smaak met sout en peper. Maak gremolata deur die suurlemoen skil, knoffel en 30ml gekapte koljanderblare te meng. Sprinkel dit net voor opdiening oor die kerrie. Dien die gereg op met basmatirys en sit voor met sambals van gekapte ui en tamatie; piesang en koljanderblare met brandrissie; en natuurlike jogurt gemeng met 'n bietjie komyn. Lewer 5 porsies.

## KERRIEMOUSSAKA

2 groot eiervrugte (in dun skywe gesny)	sout
45ml olyfolie	varsgemaalde swartpeper
paprika na smaak	kerriepoeier na smaak
knippie rissiepoeier	knippie fyn kaneel
knippie borrie	knippie fyn komyn
knippie fyn gemmer	2,5ml oreganum
5-6 aartappels, geskil en dun skywe gesny	2,5ml soet basielkruid
1 ui, geskil en dun skywe gesny	1 vet knoffelhuisie, fyngedruk
400g gaar maaltvleis	15g botter
10ml meelblom	300ml hoenderaftreksel
2 eiers	75ml melk
ekstra kerriepoeier	

Besprinkel eiervrugskywe met sout en laat vir vyftien minute op kombuispapier om te dreineer. Verhit intussen olyfolie in 'n pan. Voeg alle spesery en geurmiddels by en roer. Voeg aartappelskywe by en verbruin aan alle kante. Verwyder en plaas eenkant. Soteer daarna eers die uie en dan die eiervrugskywe in dieselfde pan. Voeg nog olie by indien nodig. Verwyder uit pan en plaas eenkant. Geur gaar maaltvleis met bietjie sout en peper. Smelt botter in pan. Voeg meel by en roer tot dik. Voeg vleisafreksel by en roer. Bring tot kookpunt. Pak aartappelskywe, vleis en eiervrug in lae in groot kasserolbak. Eindig met laag aartappelskywe. Giet sous oor. Klits eiers en melk, oreganum, basielkruid en kerriepoeier en gooi oor die moussaka. Bak teen 190C vir 30-40 minute tot mooi goudbruin.

**Die lig van God skyn in my.**

Dit verhelder my verstand, hernu my liggaam en verkwik my siel.

Die lig van God skyn om my.

Deur my woorde, my dade my insig en begrip

Seën dit alles en almal om my.

Die lig van God skyn op my pad.

Ek wandel in die lig.

Dit smelt saam met die lig van my medepelgrims  
en bring lig in my land, my wêreld.

Dankie Vader!