



Wildsvleis

Resepte

ROOIWYN TARENTAAL POTJIE
WILDSBOBOTIE
WILDSVLEIS SCHNITZEL (met geglaseerde appelkose)
VOLSTRUIS GOULASH MET PORT
VOLSTRUISBOBOTIE
PRUIMEDANTE EN SOETWYN WILDSBREDIE
WILDS SOSATIES
GEBRAAIDE WILDSBOUD / BLAD IN SOETWYN
A LA HASIE
WILDSVLEIS SKYWE IN WYN SOUS
WILDSNEK IN SUURROOM / KARRINGMELK
GEVULDE WILDSVLEIS RIBBETJIE
SPRINGBOKBOUD MET BRIJANI SPESERYE
GESTOPE GEMSBOKFILET
VLAKVARK BREDIE
VLAKVARK BOUDJIE

ROOIWYN TARENTAAL POTJIE

1 groot tarentaal in porsies opgekap
lekker groot stuk varkspek, in blokkies gesny
4 eetlepels botter
3 eetlepels kookolie
3 uie, gekap
4 knoffelhuisies, gekap
1 pakkie baby carrots
1 blaar seldery, opgekap
lourierblaar
1 teelepel tiemie
5 ml gedroogde oregano
250 ml droë rooi wyn
100 ml vleis aftreksel
350 ml knoppie sampioene
10 ml pietersielie
Swartpeper
Sout na smaak

Metode

Braai spek in groter potjie tot bros. Verwyder en hou eenkant.

Voeg botter en olie na die oorblywende vet en soteer uie en knoffel tot deurskynend. Verwyder en hou eenkant.

Voeg tarentale gedeeltes en bruin aan alle kante.

Voeg uiemengsel, wortel, seldery en spek bo-op.

Voeg kruie, sout en peper.

Verhit wyn en aftreksel saam in kleiner potjie en gooi oor tarentaal. Bedek en prut stadig vir 2 - 3 uur of tot sag.

Plaas sampioene bo-op en sprinkel met pietersielie.

Plaas deksel op en prut vir 'n verdere 15 minute of totdat sampioene sag is.



Inhoud

WILDSBOBOTIE

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

Metode

Verhit die olie in 'n swaarboomkastrol en soteer die ui tot sag en deurskynend.

Voeg die kerrie poeier by en braai dit 1 minute lank.

Voeg die maalvleis by en braai dit totdat die vleis verbruin.

Voeg die sout, asyn, appelkooskonfyt, appel en rosyne by.

Plaas die deksel op en prut dit 10 minute lank.

Week die brood in melk.

Druk die melk uit en voeg die brood by die vleismengsel.

Skep die vleismengsel in 'n vuurvaste oondskottel.

Klits die eiers en melk saam en voeg borrie by.

Druk die suurlemoen- of lourierblare in die vleismengsel en giet die eiermengsel bo-oor.

Bak dit 40 minute lank in 'n voor verhitte oond teen 180 °C totdat die vla gestol het.



WILDSVLEIS SCHNITZEL MET GEGLASEERDE APPELKOSE

2 wildsvleis steak snitte, dun gesny
halwe kop koekmeel, gemeng met knoffelsout en swart peper na smaak in die koekmeel in
3 Kop broodkrummels
2 eiers liggies geklits
1 eetlepel olie
1 eetlepel botter

Metode

1. Plaas jou steaks tussen 2 lae plastic wrap..... moker die vleisie goed met vleis hammer... bottel met plat boom werk net so goed.
2. Doop nou vleis in die koekmeel mengsel, dan in die geklitste eier.
3. Plaas helfte van die broodkrummels bo op waspapier, sit nou gedoopte vleisie daarop, gooi die oorblywende krummels bo op vleis, druk plat met palm van jou hand.
4. Plaas op bord, maak toe met cling wrap, laat staan in yskas vir 40 minute.
5. Verhit jou swaarboom pan met die olie en botter.
6. Braai die Schnitzel vir ongeveer 2 minute aan albei kante tot goudbruin.. dreineer op kombuis papier.

Geglaseerde Appelkose

2 hande vol (goeie gehalte) gedroogde appelkose
1 kop water
1/2 kop bruinsuiker
1 teelepel gemaalde gemmer
lang reep suurlemoenskil
2 eetlepels suurlemoensap

Metode

1. Voeg al die appelkoos bestanddele in 'n kastrol, bring tot kookpunt, laat dan prut vir 5 minute op lae hitte.
2. Verwyder die appelkose van die stroop.
3. Plaas die stroop terug op die plaat, kook die stropie tot lekker taaierig.. plaas appelkose terug, laat eenkant. Pasop dit brand vinnig aan, dan is dit bitter.

Maak borde warm. Plaas 'n paar appelkose in die middel van die bord, skep die schnitzel bo op, plaas die res van die appelkose bo op en bedek met die appelkoos sous.



VOLSTRUIS GOULASH MET PORT

Marineer vleis so

Meng die volgende bestanddele saam en laat vleis oornag marineer:

1 kg volstruisfilet in blokkies goulash gesny

2 eetlepel olyfolie

2 eetlepels balsemiek asyn

1 ui, gekap

1 teelepel roosmaryn

1 teelepel naeltjies

1 teelepel neutmuskaat

koppie port

sout en peper, na smaak

Maak die dis

volstruisvleis met die marinade

3 groot eetlepel botter

125 g spekvleis, gekap

4 knoffelhuisies, gekneus

1 prei, gekap

500 g sampioene

125 g klein uitjies

60 ml vars room

1/2 teelepel naeltjies

sout en peper, na smaak

vars tiemie, gekap na smaak

vars roosmaryn, gekap na smaak

Metode

1. Verhit botter in kastrol. Soteer spek en preie daarin.
2. Voeg vleis en marinade by.
3. Voeg al die geurmiddels by en laat stadig prut 2 tot 3 ure.
4. Voeg die sampioene en uitjies by kook vir 15 minute.
5. Voeg room by en kook tot verdik.

Bedien dadelik.



VOLSTRUISBOBOTIE

250 ml melk
1 dik sny witbrood
1 kg gemaalde volstruisvleis
10 ml olyfolie
5 ml botter
1 gekapte ui
5 ml knoffel, gekneus
1 kookappel, gerasper
5 ml borrie
15 ml matige kerriepoeier
50 ml droë wit wyn
30 ml fyn appelkooskonfyt
125 ml bruin sultanas of pitlose rosyne
80 ml gepelde amandels, gehalveer
10 ml sout
3 ml swartpeper
3 ml gemaalde koljander
1 ml gemaalde naeltjies
2 ml gedroogde tiemie
10 ml balsamiese asyn
2 lourierblare

Metode

Stel oond op 180 °C.

Giet helfte van die melk oor die witbrood en week 10 minute. Krummel die brood en voeg by die vleis. Hou eenkant.

Verhit die olie en botter in 'n pot en braai die ui, knoffel, appel, borrie en kerrie vir 5 minute daarin.

Haal van hitte en voeg res van die bestanddele, behalwe die eiers, res van die melk en lourierblare by. Werk goed deur met 'n langtand vurk.

Plaas in gesmeerde oondbak en bak vir 25 minute.

Klits intussen die eiers en res van die melk saam.

Haal vleis uit oond en giet eiermengsel stadig bo-oor.

Druk twee lourierblare in vleis en bak 'n verdere 30 minute.

Dien op met gestoofde vrugte en geelrys.



PRUIMEDANTE EN SOETWYN WILDSBREDIE

800 g wildsvleis, in blokkies gesny
1 koppie soetwyn
2 koppies water
halwe koppie olie
3 groot uie, geskil en in blokkies gesny
paar knoffelhuisies gepars
2 pakkies swoerdlose spek
2 groot eetlepels tamatiepasta
130 g droë pruimedante
sout en peper na smaak

Metode

Gebruik verkieslik 'n swaarboom pot.

Verhit die olie in 'n kastrol en braai die spek daarin tot dit bros is.

Voeg die uie en knoffel by, braai tot deurskynend.

Sit nou die vleis by en braai dit oor hoë hitte totdat die vleis begin kleur kry.

Roer die tamatiepasta en 1 teelepel sout en peper by.

Voeg nou die pruimedante, water en soetwyn by.

Laat prut dit vir ongeveer 2 tot 3 ure of totdat die vleis sag is.

Hou die deksel op, kyk na uur of vloeistof nog genoeg is.

Haal die deksel af sodra die vleis sag is sodat die oortollige vloeistof kan verdamp.

Bedien met stampielies of heerlike vars gebakte mieliebroodjie.



Inhoud

WILDS SOSATIES

2.5 kg Wildsfilet in blokkies gesny
1.5 kg Lamsvleis in blokkies gesny
1/2 kg varkspek
2 groot uie in ringe gesny
1 Eetlepel kerrie poeier
1/2 Eetlepel borrie
2 Eetlepels suiker
1 Eetlepel mielieblom
2 Eetlepels perske blatjang
1 1/2 koppie asyn
1 1/2 koppie water

Metode

Braai die uie in olie tot sag. Voeg 1 1/2 koppie water by en stowe vir 5 minute.

Meng kerrie poeier, borrie, suiker, mielieblom, asyn en blatjang saam. Voeg by die gebraaide uie en prut vir 3 minute. Laat afkoel.

Sout en peper die vleis na smaak.

Voeg 6 jong suurlemoen blare en 6 lourier blare by die vleis.

Voeg afgekoelde sous by vleis. Meng deeglik.

Plaas in die yskas vir 3 dae. Roer vleis daaglik.

Ryg vleisblokkies op sosatie stokkie.

Rooster oor matige kole.



[Inhoud](#)

GEBRAAIDE WILDSBOUD / BLAD IN SOETWYN

1 wildsboud of blad
500 g skaapskenkel of nek

Marinade

250 ml soetwyn
15 ml Worcestersous
60 ml olie
60 ml appelkooskonfyt
30 ml wynasyn
15 ml growwe sout
5 ml swartpeper
3 knoffelhuisies, fyngedruk

Metode

Marineer boud vir 2 dae in karringmelk, in die yskas. Gooi karringmelk weg.
Plaas die vleis in 'n swaar yster kastrol of kasserolbak bo-op die nekvleis. Gooi die marinade oor.
Sit die deksel op en bak 3 uur of langer in 'n stadige oond by 170 °C tot die vleis bruin, sag en geurig is.
Verdik die sous effens met mielieblom. Proe en pas aan waar nodig.
Sit voor met rys, groente en kweperjellie.



[Inhoud](#)

A LA HASIE

1 haas
750 ml rooi wyn
50 g varkvet
2 uie
12.5 ml mielieblom
50 ml rum
1 lourierblaar
5 g roosmaryn
5 gekneusde knoffelhuisies
5 g koljander
250 g geweekte pitlose pruimedante
speserye na smaak

Metode

Sny haas in groterige stukke. Marineer vir 24 uur in wyn.

Sny varkvet in klein skyfies.

Braai uie in olie tot sag.

Voeg res van bestanddele behalwe pruime en rum by.

Kook vir 1uur en haal haas uit die wyn en sit in oondbak.

Voeg speserye by en dan die wyn en genoeg water om vleis te bedek.

Kook vir 40 minute op lae hitte.

Voeg pruime en rum by sowat 10 minute voordat kos bedien word.



Inhoud

WILDSVLEIS SKYWE IN WYN SOUS

10 ml sout
25 ml olie
1 ui, gekap
250 g sampioene, gesny
100 ml rooi wyn OF 50 ml sjerrie
5 ml Worcester sous
250 ml room of joghurt
25 ml meel
5 ml gekapte tiemie
vars gemaalde swart peper

Metode

Sprinkel sout oor die wildsvleis skywe.

Verhit die olie in 'n braaipan en braai die uie en sampioene. Verwyder van die hitte en hou warm.

Verhit 2de swaarboom braaipan en braai die vleis aan beide kante tot die vleis goudbruin gebraai is.

Voeg die uie en sampioene, wyn en worcestersous by. Kook vir 'n paar minute.

Meng die room en die meel en gooi oor die vleis.

Roer die tiemie en swart peper by.

Prut vir 25 minute oor baie lae hitte en bedien met bruin rys.



Inhoud

WILDSNEK IN SUURROOM / KARRINGMELK

Wildsnek stukke , bv. Gemsbok, Rooibok of Springbok

30 ml koekmeelblom

5 ml mielieblom sout en peper na smaak

5 ml bruinsuiker

2,5 ml fyn neutmuskaat

2,5 ml fyn gemmer

1 ml fyn naeltjies

15 ml droë pietersielie

15 ml gegeurde seesout

15 ml olie

15 ml botter

250 ml karringmelk of suurmelk

15 ml suurlemoensap

15 ml blatjang

Metode

Saag die wildsnek in skywe.

Meng die droë bestanddele om 'n geurige meelmengsel te vorm.

Rol die stukke vleis daarin tot alkante bedek.

Verhit die olie en botter in 'n swaarboomkastrol.

Braai die vleis tot bruin aan weerskante.

Skep die vleis in 'n vuurvaste oondskottel.

Roer die oorblywende bestanddele by die olie en botter in die swaarboomkastrol.

Giet oor die vleis in die oondskottel.

Sit die deksel op en plaas in 'n voorverhitte oond by 160 °C.

Bedruip gereeld.

Die vleis van 'n jong bokkie sal binne sowat 3 uur gaar wees, maar laat sowat 4 uur toe vir 'n ouer en groter bok.



Inhoud

GEVULDE WILDSVLEIS RIBBETJIE

2 kg wildsvleis rib, ontbeen en gesout
250 ml gedroogde appelkose
200 g bees maalvleis
5 ml sout
1 knoffelhuisie, gekneus
3 repies spek, opgesny
5 ml gekapte tiemie
100 g margarien
200 ml appelsap

Metode

Meng die appelkose, maalvleis, sout, knoffel en tiemie om die vulsel te vorm. Smeer aan die binnekant van die rib en rol dit op. Bind dit vas met tou.

Plaas die rib in 'n braaipan, smeer margarien oor die rib en gooi die appelsap oor.

Bedek die rol met tinfolie om te verhoed dat dit uitdroog wanneer dit bak.

Bak vir 2 tot 2 1/2 uur met die deksel op teen 180 °C. Bedruip gereeld met die appelsap in die bak.

Sny die tou en sny die vleis in porsies.

Bedien met bruin rys en droëvrugte slaai.



[Inhoud](#)

SPRINGBOKBOUD MET BRIJANI SPESERYE

1 Springbokboud
45 ml botter
30 ml bruinsuiker
30 ml koekmeelblom
30 ml korrel mosterd
30 ml growwe sout
30 ml brijani speserye
6 vet knoffelhuisies, gekneus
30 ml vars gemmer, fyngekap
5 ml koljander
30 ml olie
2 rooi uie, fyngekap
1 pynappel, geskil, in blokkies gesny
250 ml swoerdlose spekvleis
60 ml port

Metode

Ontbeen die boud.

Voorverhit oond tot 180 grade.

Meng die botter, bruinsuiker, koekmeelblom, mosterd, sout, speserye, knoffel, gemmer en koljander saam en vryf die boud goed daarmee.

Rol die vleis netjies terug en bind dit vas met kombuistou in 2.5 cm intervalle.

Verhit die olie in 'n vuurvaste kasserol met 'n deksel wat dig pas.

Braai die ui oor matige hitte tot sag en deurskynend.

Voeg die pynappel by.

Plaas die boud bo-op uie en pynappel en verwyder kasserol van die plaat. Bedek die boud deur die spekvleis bo-op die boud te rangskik en giet die port oor.

Plaas in oond vir 1 uur 30 minute tot 2 ure of tot die vleis sag is. Vul die vloeistof aan met aftreksel of warm water indien nodig.

Laat die vleis 10 minute rus sodra dit gaar is. Haal dit uit die kasserol en plaas op 'n warm plek. Indien die sous te dun is, plaas die kasserol terug op die plaat en laat die sous indamp tot regte konsistensie.

Proe en geur sous indien nodig.

Sny boud in skyfies en sit dit voor saam met die sous, romerige kapokaartappels of koeskoes en dadels.

Wenk

Hierdie resep kan ook gebruik word vir n skaapboud.



Inhoud

GESTOPTE GEMSBOKFILET

Genoeg vir ses mense.

1 gemsbokfilet (ongeveer 1 kg)
1 ryp, ferm avokado
1/2 (50 g) brie-kaas
1 pak (250 g) repie spekvleis

Metode

Vlek die filet in sy lengte oop en vul met skyfies avokado en brie-kaas. Vou toe.

Lê die spekvleisrepies op 'n werkoppervlak en laat lê die filet bo-op. Draai elke repie spek om die filet en vou na binne. Bind vas met tou.

Braai in 'n pan of rooster in die oond tot die spek goudbruin en bros is. As die filet dun is, sal die vleis ook nou gaar wees. As dit egter 'n dik filet is, sit dit vir 10 - 15 minute in die oond by 180 °C. Laat rus vir 2 - 3 minute en sny.

Sit voor met 'n brandewyn- of groenpeper roomsous, aartappels en groente.

Variasie

Probeer ook 'n kombinasie van bloukaas en gesnipperde groen vye konserf of fetakaas met pikantrissies vir dié filet se vulsel.

Wenk

As jy filet in 'n pan gaan braai, sny die vleis voor dit gevul word in kleiner stukke sodat dit maklik in die pan sal pas.



[Inhoud](#)

VLAKVARK BREDIE

Genoeg vir 10 mense.

2 kg vlakvark, in blokkies gesny
250 ml koekmeel (gegeur met sout, peper en gemengde, droë kruie)
45 ml olie
45 ml botter
1 pak (250 g) repie spekvleis, gesnipper
2 groot uie, in wiggies gesny
4 knoffelhuisies, in stukkies gesny
500 ml wildsaftreksel
10 middelslag baba-aartappels, gehalveer
250 ml port
2 lourierblare
2 takkies vars roosmaryn
1 pak (250 g) knopiesampioene, grof gesnipper
125 ml - 250 ml suurroom
Vars pietersielie, vars gerasperde suurlemoenskil, sout en peper na smaak.

Metode

Druk die vlakvark blokkies deeglik droog en bestuif dan met die gegeurde meel.

Verhit die botter en olie saam in 'n pot en braai die vleis in lotte tot goed bruin. Skep uit met 'n gaatjieslepel en hou eenkant.

Braai die spek, uie en knoffel in die orige botter en olie mengsel tot die uie sag is.

Sit die vlakvark blokkies terug, voeg die aftreksel by en verhit tot kookpunt. Bedek en prut vir ongeveer 1 1/2 uur of tot die vleis sag is.

Voeg die aartappels, port, lourierblare en roosmaryn by en prut oop vir nog 30 - 45 minute.

Voeg die sampioene by en prut tot gaar.

Roer die suurroom, pietersielie, suurlemoenskil, sout en peper by.

Sit voor op krummelpap.



Inhoud

VLAKVARK BOUDJIE

1 vlakvark boudjie
12.5ml knoffel en kruie geurmiddel
5 ml fyn naeltjies
2 ml groenteaftreksel poeier
2 ml gegeurde seesout
5 ml fyn gemmer
swartpeper
2 pakkies (250 g elk) streepspek

Metode

Meng al die smaakmiddels.
Rol spekrepies in geurmiddels laat lê bo oor boudjie.

Marinade

200 ml appelsap
Nartjieskil
100 ml Coke marmelade

Metode

Plaas die boud in die appelsap en marineer 24 uur lank in die yskas. Draai gereeld om.
Druk nou eers die stukkies nartjieskil in spekgaatjies in die boud.
Plaas boud en appelsap in 'n swaarboomkastrol en voeg Coke by.
Sit deksel op en bak sowat 4 uur stadig by 160 °C tot sag en gaar, afhangende van die grootte van die boud. Bedruip nou en dan met marinade tot mooi bruin.
Smeer marmelade oor en sit terug in oond sonder die deksel.
Verhoog die temperatuur tot 200 grade °C en bak die laaste 20 - 30 minute sonder deksel om die boud mooi te verbruin.



Inhoud

[phantocomp](#)