



Ek het dit goedgevind om my versameling tradisionele Suid-Afrikaanse resepte op my Peterjasie webwerf in een e-boek saam te vat. Sodoende is dit makliker om te versprei en meer mense kan dit te siene kry. Die boek is gratis en jy is meer as welkom om dit te versprei, self ook as 'n geskenk te stuur! Ek sal graag wil weet waar die boek oral rondswerf, so as jy dit ontvang, laat my asseblief per epos weet wie en van waar jy is. As jy meer sulke resepte wil hê, teken gerus in op my nuusbriewe.

ePos: peterjasie@ananzi.co.za

Koek, ens.	Drankies
Tert	Potjie
Vleis	Poeding
Brood ens	Slaaie, souse en blatjang
Sop	Groente
Voortrekkerresepte	Omskakelingstabel

Besoek my webwerf: <http://funkymunky.co.za/afrikaans.html>

Teken in op my nuusbriewe: <http://funkymunky.co.za/nuusbriewe.html>



Melksnysels
Botter laagkoek
Bruitjies
Deegskelmpies
Gemmerkoekies
Kaaskoek
Kaaskoekies
Kaasstrooitjies
Karringmelk sjokoladekoek
Klapperkoekies
Kondensmelkkoekies
Konfyttertjies
Naweek koekies
Ouma Tillie se dadelkluitjies
Skuinskoek
Yskaskoekies
Roosterkoek
Pannekoek
Kaneelbolletjies
Ystervarkies
Korslose kaastert
Krummelpap verrassing
Speserykoekies
Ystervarkies
Hertzoggies
Aartappelkaaskoekies
Blitsvinnige vrugtekoek
Korentekoekies
Minette se gemmerkoekies
Jan Smuts-koekies
Afrika's Koekiis

Boere Soetkoekies
Lekker Soetkoekies
Koffie koekies
Kondensmelk koekies

Een van my gunsteling, **Melksnysels**, of by die meer beskrywende benoeming, **Slinger-om-die-Smoel**.

Ja-nee, dit spreek boekdele!

120g koekmeelblom (250ml)
2 ml bakpoeier
1ml sout
melk om mee aan te maak tot stywe deeg
ekstra meel om bo-op te strooi
2 liter melk
3 eiers (geskei)
50ml suiker
2ml kaneel

Sif koekmeelblom, bakpoeier en sout saam en plaas in 'n voedselverwerker. Voeg melk bietjiesgewys by om 'n stywe deeg te verkry. Wanneer goed vermeng, haal uit die voedselverwerker en rol uit op meel bestrooide oppervlak. Strooi meel bo-op en rol styf op. Sny rol in dun repies en plaas eenkant. Gooi melk in dikboomkastrol en laat kook. Roer snysels in sonder om meel af te skud. Klits eiergele, suiker en kaneel saam en voeg bietjie van melkmengsel daarby. Roer dan versigtig by kokende melkmengsel. Laat stadig kook tot snysels gaar en melkmengsel dik is. Roer styfgeklopte eierwitte net voor bediening in. Bedien warm.

BOTTER LAAGKOEK.

2 kop. meelblom.
1/2 tl. sout.
3 eiers.
3 1/2 tl. bakpoeier.
2 tl. vanielje
1/2 kop. melk.
1/2 kop. water.
113 g. botter.
1 kop. suiker.

Klits geel van eiers goed. Voeg meel en sout by, dan geursel. Voeg dan

melk en botter wat gesmelt is, by. Voeg dan water by as te styf is. Voeg bakpoeier by en dan styfgeklopte eierwit. Bak in oond teen 180 Grade C vir 25 minute.

BRUINTJIES

220 g suiker
150 g bruismeel
3 eiers
50 g okkerneute, gekap
35 g kakao
knippie sout
170 g sagte botter (nie gesmelt)

Gooi al die bestanddele in 'n bak, meng goed met 'n houtlepel, gooi in gesmeerde bakplaat en bak 22 minute in voorverhitte oond by 190°. Moenie droog bak nie, dit moet nog so effens klam wees in die middel. Sny in blokkies wanneer koud. Kan net so geëet word, of bedien met styfgeklopte room.

DEEG SKELMPIES.

1 1/2 kop. meelblom.
1/4 tl. sout.
1 1/2 tl. bakpoeier.
peper.
1 eier.
1 kop. melk.

Klits eiers en melk goed. Roer stadig by meel, sout en bakpoeier. Doop stukkies hoender of enige koue vleis daarin en bak in warm olie

Gemmerkoekies

500 g sagte botter
500 ml sagte bruinsuiker
250 ml goue stroop
sowat 80 ml gemmerkonserf, gedreineer en fyn opgekap
1 kg bruismeel
10 ml elk koeksoda en kremetart

5 ml sout
2 ml gemaalde gemmer
2 eiers, geklits
ekstra koekmeel, indien nodig

Stel oond op 180 °C. Klop die botter, bruin-suiker, stroop en konserf saam. Sif die droë bestanddele by die bottermengsel in. Meng goed saam.

Voeg die eiers by en meng saam tot 'n sagte deeg. Neem ekstra meel op die hande as die deeg te onhanteerbaar is. Vorm klein balletjies en plaas op gesmeerde bakplaat of rol uit en druk sirkels van verlangde grootte uit. Bak sowat 8 tot 10 minute. Lewer sowat 80 koekies.

Wenk: Let op dat die deeg `loop'. Laat dus genoeg ruimte tussen elke balletjie.

Rol deeg dun uit om 'n heerlike bros koekie te kry.

KAASKOEK

Kors:

25 Gemmerkoekies OF 1 pakkie tennisbeskuitjies.

100 g gesmelte botter

Meng koekies en botter en druk in 'n pan met 'n uithaal bodem om korslaag te vorm. Laat afkoel in die yskas.

Kaasskoekvulsel:

25 ml (5 teelepels) gelatien.

4 eetlepels water.

Bedek gelatien met water en laat staan sodat dit kan "spons"

Plaas 2 houers roommaaskaas in 'n bak en meng. Voeg by die sap en fyngeraspede skil van 'n groot suurlemoen. Voeg 5 ml vanieljegeursel by. Meng 3 eiergele met 200 gram (1 koppie) strooisuiker in 'n bak - totdat dit soos room lyk - voeg dan by die kaasmengsel.

Klits 250 ml room liggies en voeg by die kaasmengsel.

Mikrogolf die gelatien op medium krag vir 2 minute en voeg STADIG by kaasmengsel en meng totdat al die gelatien deeglik in die kaasmengsel gemeng is.

Gooi in pan met kors en laat stol. Versier met vars vrugte en room indien verkies.

KAASKOEKIES

250 g. cheddarkaas.
250 g. meelblom.
1/2 tl. peper.
250 g. botter.
1/2 tl sout.
knippie rooi peper.

Sif die meelblom, sout, peper en rooipeper in 'n mengbak. Sny die botter in klein stukkie en vryf dit in die gesifte meelmengsel. Rasper die kaas nou by die mengsel en vryf goed in. Die deeg is baie ryk en u sal vind dat dit in 'n plat pan gedruk kan word of in 'n kolwynpan - netjie. Bak teen 230 Grade C tot ligbruin.

KAASSTROOITJIES

3 kop. meelblom.
1 tl. sout.
250 g. (1/2 lb.) gerasperde cheddarkaas.
250 g. (1/2 lb.) margarien.
3 tl. bakpoeier.
1/2 tl. rooipeper.

Rasper kaas. Meng botter, meel en al die ander bestanddele saam. Kaas laaste by. Maak aan met water of melk tot stywe deeg. Rol dun uit en sny in repe. Bak teen 230 Grade C tot ligbruin.

KARRINGMELK SJOKOLADEKOEK

2 kop. meelblom.
1/2 kop. botter.
1/2 kop. warm water.
2 eiers.
1 tl. kremetart.
1 tl. koeksoda.
1 1/2 kop. suiker.
1/4 kop. kakao.
1/2 - 1 kop. karringmelk.
2 tl. vanielje.
sout.

Sif droë bestanddele. Klop smeer en suiker tot room. Voeg goed geklitste eiers by en dan kakao gemeng met warm water. Voeg droë bestanddele om die beurt met melk by. Voeg vanielje by. Bak vir 20 - 30 minute (of langer) teen 180 Grade C.
Vir 'n groot koek verdubbel bestanddele.

KLAPPERKOEKIES

360 g. (750 ml.) koekmeelblom.
240 g. (300 ml.) suiker.
80 g. (250 ml.) klapper.
2 ml. sout.
250 g. / ml. botter.
5 ml. koeksoda.
5 ml. appelkooskonfyt.

Voorverhit die oond tot 180 Grade C. Sif droë bestanddele saam. Vryf die botter met vingerpunte in. Meng die koeksoda en appelkooskonfyt saam en sny in droë bestanddele in. Indien nodig, voeg 'n klein bietjie melk by om stywe deeg te vorm. Vorm balletjies en plaas dit op 'n bakplaat. Druk dit met 'n vurk plat en versier met rooi en groen glanskersies. Bak vir ongeveer 10 minute tot ligbruin. Lewer ongeveer 4 dosyn koekies.

KONDENSMEELKOEKIES

685 g. meelblom.
455 g. botter.
4 tl. bakpoeier.
1 blik kondensmelk.
1 tl. suurlemoengeursel.
1 kop. strooisuiker.
sout.

Room botter en suiker en voeg kondensmelk by en meng goed. Sif meelblom, bakpoeier en sout en voeg by botter mengsel. Smeer pan en skep teelepelsvol in pan en bak teen 190 Grade C vir + - 12 minute.

KONFYTTERTJIES

190 ml. (3/4 kop.) suiker.
125 ml. (1/2 kop.) margarien.
2 eiers.
500 ml. (2 kop.) meelblom.
10 ml. (2 tl.) bakpoeier.
vanielje.

Stel die oond op 180 Grade C. Room die suiker en margarien saam. Voeg die eiers by en klits goed todat mengsel liggeel en skuimerig is. Voeg die meelblom, bakpoeier en 'n paar druppels vanielje by. Rol deeg in klein balletjies en plaas op gesmeerde bakplaat - ongeveer 5 cm.uit mekaar. Maak 'n klein holte in die middel van die deeg en drup 'n klein bietjie konfyt daarin. Bak in 'n matige oond tot ligbruin.

NAWEEKKOEKIES

125 g. botter of margarien.
80 ml. (1/3 kop.) suiker.
1 ekstra-groot eier.
250 ml. (1 kop.) bruismeel.
180 ml. (3/4 kop.) korente.
500 ml. (2 kop.) Rice Krispies of graanvlokkies, liggies
fyngedruk.

Voorverhit oond tot 180 Grade C en smeer 'n paar bakplate. Verroom die botter of margarien en suiker goed tot lig en romerig. Voeg eier by en klits goed. Sif bruismeel oor bottermengsel en voeg korente by. Roer liggies. Voeg Rice Krispies of graanvlokkies by. Vorm bolletjies en pak op bakplate. (Laat ruimte toe, want die koekies spreid effens) Bak 10 - 15 minute tot gaar. Lewer 45 koekies.

Ouma Tillie se Dadelkluitjies

STROOP :

500 ml suiker
1 liter water
30 ml (2 eetlepels botter)
30 ml (2 eetlepels goue stroop)
2 ml (halwe teelepel) sout

KLUITJIES

500 ml koekmeelblom
15 ml (1 eetlepel) koeksoda
2 ml (halwe teelepel) fyn kaneel
30 ml (2 eetlepels) botter
125 ml (halwe koppie) fyn gesnipperde dadels
250 ml (1 koppie) melk

Meng al die bestanddele vir die stroop saam in 'n stoompot. Roer oor lae hitte tot die suiker opgelos is. Kook dan vyf minute lank.

Meng koekmeelblom, koeksoda en kaneel saam. Vryf botter in en voeg die dadels by. Meng goed deur. Voeg die melk stadig by terwyl aanhoudend geroer word.

Laat stroop weer kook en skep lepels vol van die kluitjiemengsel in die kokende stroop. Verlaag hitte (dit moet baie stadig prut anders kook dit oor) en prut 20 minute lank. Moenie die deksel oplik nie.

Dien op saam met vla, room of roomys. Genoeg vir 6-8 mense.

SKUINSKOEK

2,5 kg Snowflake koekmeelblom
10 ml sout
15 ml droë gis
1 liter loutwarm water
250 g botter of margarien
15 ml anys
750 ml suiker

1. Sif die meel en sout saam
2. Los die gis op in 'n bietjie van die lout water. Voeg die res van die water by asook 6 koppies van die meel en maak aan tot 'n slap deeg. Bedek en laat rys op 'n warm plek vir 2 ure of totdat die deeg in volume verdubbel het.
3. Vryf die botter in die res van die meel. Voeg anys en suiker by, meng goed en knie die suurdeegmengsel hierby in. Indien nodig kan 'n ekstra bietjie loutwarm water bygevoeg word om 'n lekker sagte deeg wat maklik hanteer, te verkry. Bedek en laat op 'n warm plek rys totdat die deeg in volume verdubbel het.
4. Knie deeg goed af. Knyp stukkies deeg af en rol dit soos wors uit en sny skuins skywe van 50 mm lank af. Skep dit in warm diepvet en braai goudbruin. Draai om en braai ook die ander kant totdat dit goudbruin is. Dreineer op kombuis- of bruinpapier.

YSKASKOEKIES

2 pk. tennisbeskuitjies.
1 x 250 g. margarien (gesmelt)
1 blik gekookte kondensmelk.
1 pk. versiersuiker.
1 dl. koffie - ekstrak.
1 dl. vanielje.
okkerneute.

Meng alles saam behalwe beskuitjies & okkerneute. Breek beskuitjies in. Druk vas in gesmeerde bak. Strooi gekapte okkerneute oor en plaas in yskas. Wanneer gestol, sny in blokkies. Die koekies kan lank gebêre word.

ROOSTERKOEK

(Heerlik met braaivleis.)

2 kop. meelblom.
1 tl. koeksoda.
2 onse botter.
1/2 tl. kremetart.
1/2 tl. sout.
dikmelk.

Sif droë bestanddele saam. Vryf botter daarin. Meng met melk tot 'n sagte rolbare deeg. Rol 'n halfduim dik uit en sny in reghoeke. Plaas op 'n gesmeerde plaat of rooster oor kole. Bedien warm met botter.

PANNEKOEK

1 kop. meelblom.
1 teel. bakpoeier.
knippie sout.
2 eiers.
1/4 kop. kookolie.
1 1/2 kop. water.

Meng alles goed. Laat staan 'n bietjie. Bak in baie min olie. Strooi kaneel en suiker oor.

KANEELBOLLETJIES

50 ml. gladde appelkooskonfyt.
125 ml. (1/2 kop.) margarien.
5 ml. (1 tl.) koeksoda.
25 ml. (5 tl.) kookwater.
375 ml. (1 1/2 kop.) koekmeelblom.
knippie sout.
Stroop :
330 ml. witsuiker.
500 ml. (2 kop.) kookwater.
12 ml. (2 1/2 tl.) fyn kaneel.

Voorverhit oond tot 180 Grade C en smeer 'n kleinerige oondbak met botter of bespuit met kleefwerende kossproei. Meng konfyt en margarien deeglik. Los koeksoda in kookwater op, voeg by konfytmengsel en meng. Sif meel en sout by en meng tot 'n deeg. (Dis 'n baie sagte deeg.) Skep teelepelsvol van die mengsel in voorbereide oondbak. Verhit suiker, kookwater en kaneel oor lae hitte tot suiker gesmelt is en bring tot kookpunt. Giet warm stroop oor bolletjies en bak ongeveer 25 minute lank. Sit warm voor met roomys. Genoeg vir 4-6 mense.

YSTERVARKIES

Hierdie is 'n staatmaker

350g (625ml) Bruismeel
7ml bakpoeier
1ml sout
125g botter of margarien
250g (325ml) suiker
4 eiers

Stel oond op 200C (400F) en smeer twee bakpanne van 18 x 28 x 3cm. Sif bruismeel, bakpoeier en sout saam. Klop botter en suiker tot romerig. Klop eiers een vir een by bottermensel en meng goed na elke byvoeging. Voeg gesifde bestanddele bietjiesgewys by en roer tot alles net gemeng is. Skep in panne, maak gelyk en bak 15 - 20 minute. Keer uit op draadrak en laat afkoel. Sny in blokkies van sowat 3 x 3cm.

Stroop

375ml kookwater
600g (750ml) suiker
1ml sout
15g (30ml) kakao
15g (15ml botter of margarien)
5ml vanieljegeursel
400g (5 x 250ml) klapper

Meng kookwater, suiker, sout en kakao in 'n dubbel kastrol, oor kookwater. Doop koekblokkies vinnig in stroop en sorg dat al sy vier sye bedek is. Rol in klapper en plaas op draadrak. Hou in koelkas.
Lewer 8-9 dosyn

Korslose kaastert

15ml botter of margarien
6 eiers, geklits
125ml gerasperde Cheddarkaas
2 tamaties, geskil en grof gekap
5ml sout
1ml varsgemaalde swartpeper
12.5ml vars gekapte pietersielie
1 spekvleisrepie, swoerd verwyder & gekap

Voorverhit die oond tot 180C. Verhit die botter of margarien in 'n swaarboombraaipan. Meng die res van die bestanddele en voeg dit by die gesmelte botter of margarien. Meng alles goed saam. Gooi die mengsel uit in 'n goed gesmeerde oondskottel en bak dit 35-40 minute lank op die middelste ondtrak totdat dit ferm is.

Krummelpap verrassing

4 x 250ml krummelpap
500ml bruinbroodkrummels
5ml sout
250g botter
500g bladspek
500ml melk
8 eiers, geskei
285g blik geroomde sampioene

285g blik gesnipperde sampioene, gedreineer
500ml Cheddarkaas, gerasper
170g blikkie ingedampte melk

Voorverhit die oond tot 180C en smeer 'n oondskottel. Meng die krummelpap, brood krummels en sout, voeg die gesmelte botter by en meng goed. Braai die spek bros en krummel dit. Hou 'n bietjie van die spek vir garnering en voeg die res van die spek by die krummelpapmengsel. Klits die melk en eiergele saam en voeg dit en die sampioene en 350ml van die kaas by die mengsel. Skep dit in die oondskottel uit en bak dit vir ongeveer 'n uur lank. Sprinkel die res van die kaas en spek bo-oor en gooi die ingedampte melk oor. Plaas die gereg vir ongeveer 5 tot 10 minute terug in die oond. Bedien saam met braaivleis.

Speserykoekies

300g /600 ml koekmeelblom
7 ml koeksoda
5 ml fyn gemmer
3 ml fyn kaneel
200 g botter of margarien
200 g / 250 ml bruin suiker
1 eier
60 ml heuning of stroop
12.5 ml strooisuiker

Sif meel, koeksoda en speserye saam. Room botter en suiker saam. Voeg eier by en klop baie goed. Voeg heuning by en meng. Roer droeë bestanddele by en meng goed. Vorm klein balletjies. Doop die helfte van elke balletjie in water en dan in die strooisuiker. Plaas met suikerkant na bo op 'n gesmeerde bakplaat (druk effens plat) en bak 12-15 minute in 'n voorverhitte oond teen 180°C.

Ystervarkies

Laagkoek:
1 koppie melk
4 eiers
strooisuiker
1 teelepel vanilla
4 teelepels bakpoeier

125 gram botter
1 ½ koppie
2 koppies koekmeel
1 eetlepel meelblom

Kook melk en botter en laat afkoel. Klits eiers met strooisuiker en vanilla. Sif koekmeel en sout 3 keer. Meng bakpoeier met meelblom. Meng eiers met koekmeel. Voeg melk by en roer bakpoeier laaste by. Bak 25 minute by 200 C.

Stroop:

2 koppies suiker
¾ koppie water
4 teelepels kakao
knippie sout

Kook alles vir 3 minute. Hou warm. Gooi oor stukke koek. Rol in klapper.

Hertzoggies

1 k botter
3 k meelblom
1/2 t sout
3/4 k suiker
2 t bakpoeier
1 k klapper
1/2 k fyn suiker
4 eiers

Sif meelblom, sout en bakpoeier saam en voeg suiker by. Sny en vryf die botter in. Meng met goedgeklopte eiergele sodat die deeg uitgerol kan word. Druk af en voer klein vormpies hiermee uit. Plaas in elk 'n bietjie appelkooskonfyt. Klop eierwitte droog, voer klapper en strooisuiker by. Sit bietjie bo-oor konfyt Bak in warm oond 190 - 205 C (375 - 400 F) tot gaar.

Aartappelkaaskoekies

3 aartappels, geskil
1 eier, geklits
sout en peper na smaak
125ml gerasperde Cheddarkaas

1 ui
30ml koekmeelblom
5ml bakpoeier
10ml gekapte pietersielie

olie om in te braai

Rasper die aartappel en ui saam. Roer die eier, koekmeelblom, sout, peper en bakpoeier by. Roer die kaas en pietersielie by. Skep lepelsvol van die mengsel in vlak, warm olie en braai dit tot goud bruin aan albei kante. Dreineer dit op kombuispapier. Bedien dit dadelik.

Blitsvinnige Vrugtekoek

2 pakkies Marie beskuitjies (grof gebreek)
2 eiers
1 koppie (250ml) sagte bruin suiker
1 koppie (250ml) botter of margarien (verkieslik botter)
3 koppies (750ml) gedroogde vrugtemengsel (fruit mix)
75g glanskersies
2 sopies brandewyn of sjerrie

Smelt botter en suiker, moenie kook nie. Voeg vrugte by en kook vir 3 minute. Voeg geklitste eiers by. Roer vinnig na elke byvoegsel en kook vir nog 2 minute. Voeg Marie beskuitjies, kersies, brandewayn of sjerrie by en roer goed. Roer goed tot alles goed gemeng is. Plaas in gesmeerde broodpannetjie wat uitgevoer is met waspapier wat ook gesmeer is. Druk mengsel stewig vas en laat afkoel. Keer uit en strooi met versiersuiker voor bediening.

Korentekoekies

Nog 'n resep wat dateer uit 'n 1914 resepteboek

130 g botter
400 g suiker (500 ml)
4 eiers (geskei)
375 ml melk
2 ml koeksoda
480 g koekmeelblom (4 x 250 ml)
150 g korente (250 ml)
5 ml kremetart

Klits botter en suiker saam tot lig en romerig. Voeg eiergele een vir een by terwyl voortdurend geklits word. Meng melk en koeksoda en voeg beurtelings met meelblom by bottermengsel. Roer korente daarby in.

Klits eierwitte en kremetart saam tot styf en vou liggies by mengsel. Skep in gesmeerde kolwyntjiepanne en bak in voorverhitte oond by 200 grade C. 20-25 minute lank tot gaar.

Minette se gemmerkoekies

185g margarine
250ml stroop
700g koekmeel
20ml koeksoda
20ml kremetart
60ml gemmer
550g bruinsuiker
5ml sout
3 eiers

Smelt botter en stroop in groot kastrol en laat afkoel. Voeg nou die eiers een vir een by die stroopmengsel. Gooi nou die bruinsuiker bo-oor en meng net tot die mengsel nat is. Sif dro bestandele en voeg by die die stroopmengsel en meng. Laat staan vir 2 ure, maak balletjies en bak 10 – 12 minute by 180• C. Die resep lewer omtrent 13 dosyn. Ek voeg maar altyd • bietjie ekstra gemmer by, net vir liefde. Die is 'n regte outydse harde gemmerkoekie wat lekkerder word soos dit ouer word.

Jan Smuts-koekies

Hierdie koekies is genoem na genl. Jan Smuts wat van 1919 tot 1924 en van 1939 tot 1948 die eerste minister van die Unie van Suid-Afrika was.

Die resep lewer 4 dosyn koekies. Volgens oorlewering was die koekies destyds baie gewild onder genl. Smuts se aanhangers terwyl hul politieke opponente niks daarvan wou weet nie en net Hertzoggies gebak het.

Kors
400 g (750 ml, ongesif afgemeet)
koekmeelblom
10 ml bakpoeier
1 ml sout
250 g botter of margarien, by

kamertemperatuur
200 g (250 ml) suiker
2 eiers, geklits

Vulsel

125 g botter of margarien, by kamertemperatuur
125 g (150 ml) suiker
2 eiers, geklits
125 g (225 ml, ongesif afgemeet)
koekmeelblom
5 ml bakpoeier
100 ml fyn appelkooskonfyt

Voorverhit die oond tot 190°C (375 F).

Smeer die holtes van kolwyntjiepanne, of bespuit hulle met kleefwerende middel.

Sif die koekmeelblom, bakpoeier en sout saam. Vryf die botter of margarien met die vingertoppe hierin totdat die mengsel fyn gekrummel is. Voeg die suiker by en meng. Voeg die eiers by en meng tot 'n deeg.

Rol die deeg sowat 3 mm dik uit op 'n meelbestrooide deegplank. Druk sirkels, 8 cm in deursnee, met 'n koekiedrukker uit. Voer die holtes van die kolwyntjie panne met die deegsirkels uit.

Verroom die botter of margarien en die suiker saam. Voeg die eiers by en meng. Sif die koekmeelblom en bakpoeier saam en meng dit met die eiermengsel.

Skep 2 ml van die appelkooskonfyt in elke korsie. Skep 'n lepelvol vulsel daarop.

Bak die koekies 15 minute of tot goudbruin op die middelste oondrak. Keer hulle versigtig op 'n draadrak uit en laat afkoel.

Afrika's Koekiis

Die resepte het verskyn in Di Afrikaanse Koek en Poeding Boek Duer 'n Frystaatse Dame, Paarlse Drukkers Maats. Beperkt. 1914

3 lb Flour, 1 lb witsuiker, 1 lb botter, telepel soda en 2 telepels kremetat, met melk of water aangemaak.
Dit is die hele resepte.

Hiermee 'n variasie van Afrika-koekies in die jare 90.
(lewer 90 koekies)

120 g koekmeelblom (250 ml)
390 g volkoringmeel (750 ml)
120 g meliemeel (250 ml)
200 g sagte bruinsuiker (250 ml)

3 ml gemengde speserye
5 ml Kremetart
250 g botter
3 ml Koeksoda
225 ml melk
250 ml karringmelk

Meng meelblom, volkoringmeel en mieliemeel. Voeg bruinsuiker, speserye en kremetart by. Vryf botter daarby in tot mengsel soos broodkrummels lyk. Los koeksoda op in melk en voeg by meelmengsel. Voeg karringmelk by en meng tot sagte deeg. Skep lepelsvol van mengsel op gesmeerde bakplate en bak in voorverhitte oond by 180 grade C, 15-20 minute lank tot gaar. Verwyder uit oond en laat afkoel op draadrak.

Variasies

- . Maak holte in rou koekies en skep bietjie appelkooskonfyt daarin. Bak soos bo.
- . Drup gesmelte sjokolade oor vir 'n soeter koekie.

Boere Soetkoekies

15 Koppies mee1
3/4 Koppie stroop
15 teelepels bakpoeier
6 1/2 Koppies suiker
1 teelepel kaneel .
1 teelepel neut
1/2 teelepel naeltjies
1 teelepel gemmer
6 eiers
1 1/3 pond (660 g) margarien

Meng die droë bestanddele, vryf margarien in. Voeg stroop en eiers by, meng verder met melk tot 'n stywe deeg. Rol uit en druk af met drukkertjies. Bak in oond 400°F tot ligbruin.

Lekker Soetkoekies

2 Koppies klapper
3/4 pakkie cream of tartar
1/4 pond gesnipperde kersies

1 eetlepel goue stroop
14 Koppies meel
3 Koppies suiker .
1 3/4 Koppie botter
knippie sout.
1 blik gekondenseerde melk
6 eiers
1 pakkie koeksoda

Maak koeksoda en cream of tartar met een eetlepel asyn aan.
Meng meel, suiker en sout saam. Meng gekondenseerde melk, goue stroop,
koeksoda mengsel, asook geklitste eiers saam. Voeg nou alles bymekaar
en werk sagte botter met hande deur mekaar.
Rol uit, druk af en bak (Moenie gesmelte botter gebruik nie).

Koffiekoekies

8 Koppies meelblom,
1 pond (500 g) maizena
1 ons (30 g) koeksoda
1 Koppie stroop
1 1/2 pond margarien
2 Koppies suiker
4 eetlepels koffie essence
1/2 teelepel sout
Melk indien nodig.

Meng botter, suiker, stroop. Voeg koffie essence by. Meng koeksoda met bietjie melk. Voeg by mengsel. Voeg droë bestanddele by en maak aan tot stywe deeg. Druk deur koekie masjien en bak in warm oond 400 F. Sit 2 - 2 opmekaar met konfyt.

Kondensmelk koekies

12 Koppies meel
4 eiers
1 pak cream of tartar
1 pak koeksoda
2 eetlepe1s stroop
1 blik kondensmelk
2 pond (1 kg)margarien

3 Koppies suiker

1 Koppie klapper

Meng Suiker en botter tot room. Voeg eiers een vir een by. Voeg stroop en melk by. Laaste word meel koeksoda, klapper en cream of tartar bygevoeg. Meng, druk uit en bak in oond 400 F tot gaar.

Resepte - Inhoud



Heuningdrankie
Pynappel drankie
Somerdrankie
Kafferkringbier

Heuningdrankie

1 koppie lemoensap
4 eetlepels suurlemoensap
3 eetlepels heuning
knippie sout

Meng al die bestanddele goed. Bedien op ys en versier met lemoenskil

Pynappel drankie

250 ml gekapte pynappel
250 ml Tropika pynappel sap
250 ml vars room
15 ml strooisuiker
gebreekte ysblokkies
350 ml limonade

Blend alles behalwe ys en limonade

Giet mengsel in glase en giet limonade en gebreekte ys oor

Somerdrankie

4 lemoene
3 suurlemoene
1 pomelo
suiker na smaak
1 liter sodawater
1 piesang (in skyfies gesny)
skyfies vars vrugte

- Druk sap van die vrugte uit.
 - Los suiker in 'n klein bietjie warm water op. Laat afkoel.
 - Meng suikerwater met die vrugtesap. Voeg sodawater en dan die vrugte by.
 - Bedien met ys.
-

Kafferkoringbier

6 bottels louwater
3 eetlepels uitloop
3 koppies bruinsuiker
1 teeleper gemmer
3 eetlepels goedgeryste suurdeeg

Meng alles goed en laat vir 12 uur staan. Gooi deur skoon doek of sif.

Ja-nee, in die ou dae was hulle kort en kragtig!

Resepte - Inhoud



Tipsy tert
Vinnige en maklike melktert
Apelliefietert
Appeltert
Kremortert
Kerriesouttert
Rugbytert
Appeltert (lae kilojoule)
Suurlemoemn meringue-tert

Tipsy Tert

Maak eers die sous en laat afkoel voor gebruik.

Sous:

375ml suiker
300ml water
5ml sout
12,5ml botter

Kook saam vir 10 minute. Verwyder van hitte en voeg 125ml brandewyn by

Tert:

500ml gesnipperde dadels
5ml koeksoda
250ml kookwater
375ml meelblom
250ml suiker
50ml botter
125ml okkerneute en glanskersies
1 groot eier

Gooi kookwater en koeksoda en voeg botter by. Klop suiker en eier. Roer droë bestandele in en voeg dadel mengsel by. Meng goed deur. Gooi in goed gesmeerde bakskottel. Rangskik neute en kersies bo-op. Bak by

180°C. Wanneer gaar, prik koek me 'n dik breinaald en goei afgekoelde sous oor. Versier met stryfgelappte room, indien kersies en neute nie as versiering gebruik is nie.

Vinnige en Maklike Melktert

1 Blik Kondensmelk
6 Eetlepels Mazina
1 eetlepel Botter
1 Teelepel Vanilla Essence
2 Koppies Water
2 Eiers Geskei.

Verhit Kondensmelk en water tot kookpunt. Maak Mazina aan met bietjie water.

Voeg by kondensmelk en laat kook tot dik. Voeg botter en Vanilla by.

Verwyder van hitte voeg eiergele by. Kook weer tot gaar.

Verwyder weer van hitte en voeg styfgeklitste eierwitte by.

Voeg in tertkors van tennis beskuitjies.

Bak in oond by 180grade.vir 30 min.

APPELLIEFIETERT.

Kors :

1 pakkie (200 g.) Mariebeskuitjies, fyngedruk.
60 ml. (1/4 kop.) botter of margarien, gesmelt.
45 ml. (3 eetl.) kondensmelk.

Vulsel :

1 blik appelliefies.
koue water.
80 ml. (1/3 kop.) vlapoeier.
45 ml. (3 eetl.) botter of margarien.
250 ml. (1 kop.) kondensmelk.

Smeer 'n 23 cm-tertboard met botter of bespuit met kleefwerende kossproei. Meng die krummels, gesmelte botter of margarien en kondensmelk en druk onder en teen die kante van die tertboard vas. Verkoel tot benodig. Dreineer die appelliefies, maar behou die stroop Vul die stroop aan tot 500 ml. (2 kop.) met koue water. Maak die vlapoeier met 'n bietjie van die stroopmengsel aan tot 'n pasta. Verhit die stroopmengsel tot net onder kookpunt, voeg daarvan by die vlamenssel, roer goed en giet alles terug in die kastrol. Verhit tot kookpunt en laat prut tot verdik en gaar. Verwyder van die hitte en roer die botter of margarien by. Roer die kondensmelk en appel -

liefies versigtig by. Giet in kors en verkoel tot ferm. Geniet met styf geklopte room indien verkies. Lewer 1 medium tert.

Appeltert - (Dit is 'n ou resep, so daar word nog in koppies (250 ml), eetlepels (15 ml) en teelepels (5 ml) gemeet.)

1 Koppie Bruismeel
2 eiers
knippie sout
1 blik tertappels (normale grootte)
1 koppie suiker
2 Eetlepels gesmelte botter
¼ koppie melk

Sous

1 klein blik I deal Milk
1 Teelepel Vanielje Essens
1 koppie suiker

Meng suiker, eiers, botter, sout en melk saam.
Sif meel en meng bietjie-bietjie saam in suikermengsel.
Gooi mengsel in bak en skep appels oor mengsel.
Bak in oond 180°C vir ¾ uur. (Na 'n halfuur kan die oondtemperatuur na 150°C verlaag word om te voorkom dat die tert te donker word.)

Metode (sous)

Gooi alles saam in pot en bring tot kookpunt Gooi warm sous oor tert sodra tert uit die oond kom.

Die beslag is genoeg vir 'n normale ronde tertbak. Indien 'n kleinerige vierkantige bak (± 20cm x 15cm) gebruik word, moet resep dubbeld aangemaak word.

CREMORA TERT (Mishka)

3 koppies Cremorapoeier.
1½ koppies kookwater.
1 blikkie kondensmelk.
halwe koppie suurlemoensap.
1 pakkie Tennisbeskuitjies.

1. Meng 3 koppies Cremorapoeier op 1½ koppie kookwater saam. Laat afkoel (sit in vrieskas verkieslik)

2. Klop met klitser tot styf.
 3. Voeg die kondensmelk by en direk daarna suurlemoensap.
 4. Skep in twee tertborde wat met tennisbeskuitjies uitgepak is.
 5. Krummel van die beskuit wat oor is, oor die tert.
 5. Dit is beter as u 'n vierkantige bak gebruik. Verskillende lekkernye kan bo-oor gesit word.
- Ek het hierdie gebruik as 'n nagereg vir 'n braai. Saam met die tert het ek spanspek gegee.
-

KERRIESOUTTERT

Kors :

250 g. margarien.

1 tl. bakpoeier.

2 kop. meelblom.

1/2 kop. kookwater.

Gooi kookwater oor margarien. Laat afkoel en roer meel en bakpoeier in. Meng deeglik en bêre in koelkas tot nodig.

Vulsel :

500 g. maalvleis.

1 groot ui, gerasper.

2 aartappels, gerasper.

sout en peper.

Kook al die bestanddele vir 10 minute. Meng 1 eetl kerrie, 1 eetl. klapper en 1 eetl. bladjang. Voeg by kokende vleismengsel. Vul ongebakte kors en bak 20 minute in warm oond.

RUGBY TERT

1 1/2 kop. meelblom.

1 eier.

1 kop. melk.

knippie sout.

1 kop. suiker.

3 eetl. botter.

2 tl. bakpoeier.

Room botter en suiker en voeg eiers een vir een by. Sif droë bestanddele saam. Voeg melk en droë bestanddele om die beurt by die eiermengsel. Smeer 'n lang pyrexbak en plaas deegmengsel in. Bak in oond teen 180 Grade C. Wanneer gaar druk gaatjies met 'n vurk en gooi

'n 1/2 kop. gesmelte botter oor. Smeer marmite dun oor en rasper 'n lagie cheddar kaas oor.

Appeltert

250 g koekmeel
10 ml bakpoeier
2 ml sout
60 ml margarien
1 eier, geklits
125 ml afgeroomde melk
10 ml Natreen vloeibare dieet versoeter
80 ml water
5 ml vanilla geursel
300 g tertappels

Sif meel, bakpoeier en sout saam.

Vryf margarien in.

In 'n aparte mengbak, meng die melk, water, eier, versoeter en vanilla geursel. Voeg by droë bestanddele en meng goed.

Spuit 'n tertbord met "Spray & cook", en skep mengsel in bord.

Rangskik appelskywe bo-op deeg.

Bak 25 minute teen 200°C.

Bedien warm met dieet roomys of ligte vla.

In die plek van appels, gebruik ook ander vrugte.

Suurlemoen meringue-tert

Ek gebruik 'n beskuitjiekors - 3/4 pakkie Marie beskuitjies en 80 ml margarien, gesmelt.

397g-blikkie kondensmelk
125 ml suurlemoensap
3 eiers, geskei
125 ml strooisuiker
5 ml asyn
15 ml mielieblom (Maizena)

Voorverhit die oond tot 180oC. Berei die kors en druk dit vas in 'n tertbord. (Ek maak altyd my meringue eerste, dan hoef ek nie nog die klitsers te was voor ek die gele berei nie - regte lui huisvrou!)

Klits die eierwit, en voeg die strooisuiker geleidelik daarby tot dit styf is. Klits nou die asyn en mielieblom by.

Klits die eiergeel saam met die kondensmelk en suurlemoensap. Gooi dit in die tertkors. Skep die meringue bo-op.
Bak vir 10 minute of tot ligbruin.(Nie veel langer nie, anders word die meringue taai en dit kan brand.)
Verkoel voor opdiening (indien verkies).

Resepte - Inhoud



Seekospotjie
Rooibokpotjie
Souskluitjies in 'n ysterpot
Wors en niertjiepotjie
Afvalpotjie
Skaapskenkelpotjie
Pa se Rooiii Hoenderpotjie
Hoender-biltong-en-spekpotjie
Rooibok potjie

Seekos-Potjie

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

Gooi 1 pak sampioene by en braai.

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

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

Laat dit vir 'n halfuur prut.

Wenke:

*as jy en jou vriende wil saam kuier om 'n pot, sal ek 'n seekos-potjie afraai.

*indien jy jou skoon familie moet nooi vir ete, is dit ideaal - sorg net dat daar al kole is as hulle opdaag.

*indien jy bietjie variasie wil gebruik, kan jy mossels met die skulp ingooi, of crabsticks is ook goedkoop en baie lekker; stokvis kan ook die potjie bietjie rek.

*vermeerder jou room en uiesop saam met die seekos m.a.w. 2pakke seekos; 2 uiesop en 2 room.

*jou kole moet redelik koel wees.

*dien op saam met rys en Franse brood.

'n Potjie Wenk

As jy potjiekos maak, gebruik "Spray en cook" dit help dat die kos nie

aanbrand nie, maar help veral ook dat die pot nie na die tyd roes nie.

ROOIBOK POTJIE

1 kg rooibokvleis in blokkies gesny
4 geelwortels, in skyfies gesny
2 knoffelhuisies, fyn gedruk
250 g spekvleis, gekap
6 aartappels, in skywe gesny.
125 ml olie
2 uie, in skywe gesny
10 ml gekapte tiemie
500 ml port of droë rooiwijn

Verhit olie in swartpot en soteer geelwortels, uie en knoffel totdat uie deurskynend is.
Voeg tiemie, vleis, spekvleis en port by. Prut 2 uur baie stadig met deksel op. Voeg aartappels by en prut nog 30 tot 45 minute. Sit voor saam met mieliepap.

Souskluitjies in 'n Ysterpot

125 g botter of margarien
60 ml fyn appelkooskonfyt
12.5 ml koeksoda
500 ml koekmeelblom (gesif)
knypie sout
100 ml melk
750 ml kookwater
250 ml suiker
5 ml vanieljegeursel
klontjie botter (ekstra)

Smelt botter en roer dan eerskonfyt dan koeksoda by (mengsel bruis). Voeg meel en sout beurtelings met melk by. Plaas oorblywende bestanddele in ysterpot en laat opkook. skep lepelsvol deeg in kokende vloeistof sodat hpies nie opmekaar lê nie. Sit deksel op en prut vir 25 minute lank. Bedien warm, stip met botter.

Wors-en-Niertjie Potjie

genoeg vir 10

50 ml olie
25 ml botter
3 groot uie (gekap)
12 lamsnietjies (middeldeer gesny, vliese en kerns verwyder)
50 ml koekmeelblom
5 ml sout
varsgemaalde swartpeper
12.5 ml tomatiepaste
200 ml hoenderaftreksel
50 ml droë wit wyn
8 varkworsies middeldeer gesny
200 g sampieone
50 ml brandewyn
12.5 ml gekapte pietersielie

Plaas olie en botter in driepootpot en verhit oor warm kole. Voeg gekapte uie by en roer vir 3 minute.
Rol nietjies in 'n mengsel van koekmeelblom, sout en peper en voeg by die uie in die pot. Voeg res van die bestanddele behalwe die brandewyn en pietersielie by en laat oor matige kole gaar word sonder om te roer. Wanneer nietjies gaar is, voeg brandewyn en pietersielie by, roer een maal om en dien op.

Afvalpotjie

2 klompie skappens (goed skoongeskraap)
water om in te kook
250 ml halfsoet wit wyn
sap van 1/2 suurlemoen
sout en varsgemaalde swartpeper
1 skaapnek
6 groot uie (gekap)
12 klein aartappeltjies
25 ml matige sterk kerriepoeier
2 ml rissiepoeier
10 ml donkerbruin suiker
asyn om mee aan te maak
250 g droëperskes

Sny pense in blokkies en plaas in driepootpot saam met water, wyn, suurlemoen sap, sout, peper en skaapnek. Sit deksel op, plaas pot oor matig warm kole en laat kook tot inhoud sag is - ongeveer 3-4 uur.

Wanneer pensblokkies sag is en vleis van nekwerwels afval, verwyder nekwerwels, voeg uie en aartappels by inhoud en kook nog 30 minute lank. Maak kerriepoeier, rissiepoeier en suiker met asyn aan en voeg saam met perskes by inhoud van pot. Sit deksel op en plaas weer op vuur vir 30 minute. Roer goed om en dien op.

Skaapskenkelpotjie

100 ml olie	2 kg skaapskenkels
'n halwe groen soetrissie, gekap	1 groot ui, gekap
2 knoffelhuisies, gekneus	6 swoerdlose spekrepe, gekap
2 middelslag tamaties, gekap	2 biefekstrakblokkies
sout en swartpeper na smaak	250 ml witwyn
250 ml kookwater	5 wortels, geskil, in skywe
gesny	
12 klein aartappeltjies, gewas	5 murgpampoentjies, in skywe
400 g sampioene.	

Verhit olie en braai vleis tot bruin. (Hoe bruiner die vleis gebraai word, hoe bruiner en ryker sal die sous wees.) Voeg die groenrissie, ui, knoffel en spek by en braai tot begin verbruin. Voeg tamaties by en roerbraai vir 5 minute. Voeg biefekstrak, geur- middels, witwyn en kookwater by en prut vir 'n uur. Voeg wortels en aartappels by en laat vir 20 minute prut. Voeg laastens die murgpampoentjies en sampioene by en laat vir 15 minute prut. Vul vloeistof aan, indien nodig.

Wenk: Moenie potjie tydens gaarmaakproses roer nie. Sit voor met rys, koring of potbrood.

"Pa se Roooi Hoenderpotjie"

Bestanddele
Gebruik 'n nommer 3 Potjie.

1 Kg hoender (Gemiddelde gewig van 'n normale hoender).
Fyn Sout
Growwe Swart Peper
Koekmeel om stukkies in te rol.
Uie fyn gekap(2 middelslag)
Kook rys apart tot gaar.
Gemmer en Knoffel (Fyngemaak). (2 Teelepels). Polo Kwane handelmerk

Bestanddele vir die Sous

Tamatiesous(300ml) Koo Handelmerk
Blatjang(50ml)Wellington Handelmerk
Worchestersous(20ml)Mrs.Balls Handelmerk
Tabascosous(2ml)
Asyn(50ml)
Suiker(50ml)
Mostertpoeier(5ml)
Paprika(15ml) Robertson Handelmerk
Water(125ml)

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

Metode

Stap 1.Maak jou pot warm en gooi jou botter (egte) by (20ml).

Stap 2. Braai die fyngekapte uie en Gemmer/Knoffel (2 teelepels) tot die geur uitkom.

Stap 3. Neem die hoender porsies en strooi individueel een vir een met fyn sout en peper.

Stap 4. Nadat die gedoen is doop die hoender porsies in die koekmeel en voeg in die pot.

Stap 5. Roer totdat die hoender porsies goed met die uie en olie bedek is vir so 10 minute met die deksel oop. Gebruik 'n houtlepel. (Die reuk sal jou nou al reeds honger maak .

Van nou af roer jy nie weer jou pot totdat jy opskep nie.

Stap 6. Gooi nou jou sous soos bo saamgestel in en laat jou pot stadig loop. (Borrel liggies regdeur). Kyk gereeld na die pot vir 15 minute.

Stap 7. Voeg nou jou groente in lae in die volgende volgorde. 10 klein Aartappels, 10 jong wortels, 10 klein tipe pampoentjies,

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

Stap 12. Voeg klaargekookte rys by so 10 minute voor opskep, en laat die sous deurkook.

Die pot loop so 2 1/2 uur.

Stap 13. Kry vroulief om die aartappels te toets of dit gaar is en vra haar somer na die sout inhoud.

Die verskillende handelsmerke wat aangetoon word werk volgens my die beste om die smaak uit te bring.

Stap 14. Skep op en geniet die Rooi Hoender.

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

Hoender-biltong-en-spekpotjie

Sous

2 hoenderaftrekselblokkies
250 ml (1 k) kookwater
500 ml (2 k) droë witwyn
250 ml (1 k) blatjang
46 g sampioensoppoeier (1 pakkie)
5 ml (1 t) gedroogde tiemie
5 ml (1 t) gemengde gedroogde kruie
5 ml (1 t) suurlemoenpeper

Hoendergereg

15 ml (1e) olyfolie
15 ml (1 e) botter
12 hoenderdye, ontvel indien verkies
250 g spekvleis, gekap (1 pakkie)
50 ml Brandewyn
10 ml (2 t) gekapte knoffel - opsioneel
2 uie, in ringe gesny
1/2 groen soetrissie, grof gekap
1 seldrystringel, in dun ringe gesny
20 klein aartappeltjies, geskil
4 wortels, skyfies gesny
12 klein uitjies, heel
250 g knopiesampioene
8 murgpampoentjies, in dik skywe gesny
150g klam beesbiltong, gekerf
250 ml (1 k) gerasperde Cheddarkaas
125 ml (1/2 k) vars, gekapte pietersielle

Metode - Sous

Los die aftrekselblokkies in die kookwatr op. Meng die res van die bestanddele vir die sous en boeg dit by. Hou die sous eenkant.

Hoendergereg

Verhit die botter en olie oor matige hitte en verbruin die hoender daarin. Voeg die spekvleis by en soteer dit 3 minute lank. Voeg die brandewyn en knoffel by. Roer dit deur en moet daarna nie weer roer nie. Strooi die uie, soetrissie en selderu oor die hoender en plaas daarnedie aartappled en wortels bo-op.

Giet die sous oor: Plaas die deksel op en laat dit 1 uur lank prut. Voeg kookwater by indien nodig.
Bedek dit en laat prut dit 20 minutes lank. roer dit net voor bediening en strooi pietersielie oor.

Rooibok potjie

1 kg rooibokvleis in blokkies gesny
4 geelwortels, in skyfies gesny
2 knoffelhuisies, fyn gedruk
250 g spekvleis, gekap
6 aartappels, in skywe gesny.
125 ml olie
2 uie, in skywe gesny
10 ml gekapte tiemie
500 ml port of droë rooiwyn

Verhit olie in swartpot en soteer geelwortels, uie en knoffel totdat uie deurskynend is. Voeg tiemie, vleis, spekvleis en port by. Prut 2 uur baie stadig met deksel op. Voeg aartappels by en prut nog 30 tot 45 minute. Sit voor saam met mieliepap.

Resepte - Inhoud



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

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

4 dik snye brood (wit) korsies afgesny

500ml kookmelk

1 blik geroomde suikermielies van 410g

1 blik weense worsies van 375g gedreineer en fyngesny of koue ham - 2

koppies fyngesny

3 eiers geklits

5ml mosterdpoeier

sout en peper na smaak

15ml gerasperde ui

25ml fyngesnyde pietersielie

100g (250ml) gerasperde kaas

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

Beestong met mosterdsous

1 kg beestong

1 klein ui

1 klein geelwortel

vars seldery of pietersielietakkies

knippie sout

4 peperkorrels

2 heel naeltjies

Sous

125 ml suiker

60 ml mosterdpoeier

30 ml koekmeel

250 ml kookwater

250 ml mayonnaise

125 ml witasyn

sap van 1 suurlemoen

Kook die tong met die groente, geurmiddels en speserye tot sag.

Verwyder die buitenste membraam en oortollige vet. Laat afkoel. Sny in skywe en pak in 'n oondvaste bak.

Stel oond op 160°C. Vir die sous: Meng die droë bestandele saam en voeg die res - buiten die broodkrukkels - by. Kook stadig deur oor lae hitte. Giet sous oor skywe vleis in bak en strooi vars broodkrukkels oor. Bak 25 - 30 minute.

Wenk: Die gereg vries maklik en kan net voor opdiening teen 'n lae hitte

ontdooi word. Sit voor met 'n lekker bros slaai.

BIEF-EN-VARKWORSKASSEROL. (4-6 Porsies)

600g stowebeesvleis.
150g klein varkworsies.
25ml olie.
1 ui. 3 selderystingels.
1 appel.
25g meelblom.
250ml biefaftreksel.
250ml sider.
6-8 naeltjies.
3 suurlemoenblare(of vars lourierblare)
12,5ml gekapte pietersielie.

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

BLITSIGE KERRIEKOS

6 Snye brood
Bietjie olie
1 Groot ui, gekap
250 g (1 pakkie) spek
1 Rooi soetrissie, in blokkies gesny
300 g (1 blikkie) soutvleis, fyn gemaak
5 ml (1 t) borrie
30 ml (2 e) vars pietersielie, gekap
45 ml (3 e) blatjang
4 eiers, geskei
125 ml (½ k) melk
250 ml (1 k) cheddar, gerasper

Stel oond op 180°C. Verhit olie in pan en sorteer ui tot sag en deurskynend. Voeg spek by en roerbraai tot gaar. Voeg soetrissie by en roerbraai verder. Verwyder pan van hitte en roer soutvleis, kerrie, borrie, pietersielie en blatjang by. Plaas 'n laag gesnyde brood in

gesmeerde oondbak en skep soutvleis bo-op. Maak bokant gelyk. Klits melk en eiers en giet oor gereg. Sprinkel gerasperde kaas bo-oor. Bak 30 min of tot kaas bo-op goudbruin is.

Blitsige Maalvleis-en-bone Kerrie

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

1 ui, gekap
250 - 500 g beesmaalvleis
1 blik gebakte bone in tamatiesous
kerrie na smaak
sout en peper na smaak
olie

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

FRIKKADELLE

1 kg maalvleis.
2 uie, fyngerasper.
1 aartappel, fyngerasper.
4 snye witbroodkrummels.
1/4 kop. melk.
2 eiers.
2 eetl. tamatiesous.
2 eet. worcestersous.
2 eetl. blatjang.
1 tl. sout.
bietjie peper.
2 tl. knoffelsout.
2 tl. gemengde speserye.
1 tl. kerriepoeier.
2 tl. Aromat.
1 eetl. suurlemoensap.

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

GESMOORDE BEESSTERT.

1 beesstert, opgesny.

olie vir braai.

2 uie, in skywe gesny.

2 wortels, geskraap en in kwarte gesny.

3 selderystingels, in 5 cm.- stukke gesny.

15 ml. koekmeelblom.

500 ml. vleisaftreksel.

bouquet garni.

sout en peper na smaak.

Braai vleis in swaar-boomkastrol in vet tot goed bruin aan alle kante.

Skep uit en hou eenkant. Braai uie, wortels en selderye in dieselfde

kastrol tot effens bruin. Roer meelblom in, gooi vloeistof by en laat

opkook. Geur met kruie en geurmiddels. (bouet garni) Skep

groentemengsel in vuurvaste kasserolbak, skep vleis op groente, plaas

styfpassende deksel op en bak omtrent 1 1/2 tot 2 uur lank in

voorverhitte oond van 180 Grade C. of tot vleis sag is. Verwyder bouquet

garni sodra vleis van bene begin afval. Dien baie warm op, saam met

stampmielies of rys.

Let wel:

As die beesstert baie vet is, is dit goed om die vleis al die vorige dag gaar te maak, te laat afkoel en dan die soliede vet te verwyder. Verhit goed voor opdiening.

Bouquet garni is 'n kruie wat saam in 'n bossie in 'n moeseliën-sakkie toegebind en voor opdiening verwyder word.

Geurige oondgebakte hoender en rys

30 ml kookolie

15 ml botter

sout, swartpeper en gemengde kruie

ongeveer 2 kg hoenderstukke, skoongemaak

1 ui, opgekap

2 huisies knoffel, gekneus

2 soetrissies, rooi en groen, in repe gesny

250 g sampioene, in skyfies gesny

375 ml rou rys

1 pakkie sampioenroomsop

750 ml warm hoenderaftreksel (meer kan gebruik word, indien verkies)

Voorverhit die oond tot 180°C en bespuit 'n diep oondskottel met kleefwerende kossproei.

Verhit die olie en botter tot warm. Meng die sout, swartpeper en kruie saam en sprinkel oor die hoenderstukke. Verbruin die hoenderstukke in olie-bottermengsel, skep uit en hou eenkant. Braai die ui, knoffel, soetrissierepe en sampioen-skyfies in die orige panvete vir twee minute. (Indien nodig, voeg ekstra olie by.) Voeg die rys by en braai vir 'n verdere twee minute.

Maak die sampioensoppoeier aan met 'n klein bietjie koue water en klits die aftreksel daarby. Skep die rismengsel en hoenderstukke in die voorbereide oondskottel en giet die warm soppoeier/aftreksel daaroor. Roer liggies deur, bedek met tinfolie en bak in die voorverhitte oond vir sowat 80 minute tot die hoender en rys sag en gaar is. Pas die geur verder aan, indien nodig.

Roer 'n lekker handvol gekapte pietersielie by net voor opdiening. Sit voor saam met 'n groente van jou keuse.

Genoeg vir sowat ses mense.

GROENBOONTJIEBREDIE.

750 g. skaapnek.

15 ml. koekmeelblom.

15 ml. olie.

2 uie, gekap.

200 ml. vleisaftreksel.

7 ml. sout.

varsgemaalde swartpeper, na smaak.

750 g. tot 1 kg. groenbone, gekerf.

4 aartappels, geskil en in stukke gesny.

15 ml. suurlemoensap.

Verhit olie in swaarboomkastrol, rol vleis in meelblom en braai tot bruin.

Voeg uie by en soteer. Voeg warm vleisaftreksel en res van bestanddele

by, bedek en prut 1 1/2 tot 2 uur lank of totdat vleis sag is. Indien

verkie kan aartappels met 'n vurk fyngedruk word. Lewer ses porsies.

WASGOEDBONDEL TJIES

3 kop. meelblom.

1 eier.

sout.

113 g. (1/4 lb.) margarien.

1 tl. bakpoeier.

kouewater.

Sif droë bestanddele en vryf margarien in meel. Klits eier goed, voeg by

meel asook water tot dit kan uitrol. Rol dun uit, sny vierkante. Sit vleisvulsel in middel en vou toe. Steek vas met kruienaeltjie. Braai bruin in olie.

Vleisvulsel :

250 g. (1/2 lb.) gemaalde vleis.

1 1/2 huisie knoffel of knoffelsout (1/4 tl.)

2 tl. olie.

gekapte pietersielie.

1 tl. kerrie.

1/2 ui gerasper.

Braai ui en knoffel en voeg ander bestanddele by.

LEWER BOBOTIE MET APPEL

1 dik sny bruinbrood

500g skaap of beeslewer

1 ui, fyngekap

1 groot groot appel, geskil en in blokkies gesny

5 ml borrie

30ml fyn appelkooskonfyt

2 ekstra groot eiers, geklits

2 lourierblare

125ml melk

sout en peper

2 knoffelhuisies, fyngedruk

15 ml matige kerriepoeier

30ml blatjang

30 ml suurlemoensap

250ml melk

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

ANDERSE PAP EN WORS

600g boerewors
625ml water
200ml gerasperde Cheddarkaas
25ml rissie-en-knoffelsous
250ml mieliemeel
sout en peper na smaak
410g tamatie-en-uiesmoor

Voorverhit die oond tot 180C. Spuit 'n ronde, middelslag-oondvaste bak met kleefwerende middel. Hou die wors in 'n spiraal en braai dit in 'n verhitte pan tot bruin en gaar.

Verwyder en hou eenkant. Meng die mieliemeel met 125ml water. Verhit die res van die water in 'n kastrol en voeg die mieliemeel by wanneer die water kookpunt bereik.

Geur met sout en roer tot kookpunt en tot wanner die pap verdik. Prut tot gaar. Roer 'n bietjie kaas by. Skep die pap ui in die voorbereide bak. Skep die wors, steeds in spiraalvorm, bo-op. Verhit die tamatie-en-uiesmoor saam met die rissie-en-knoffelsous.

Geur na smaak met sout en peper en prut ongeveer 5 minute lank. Skep daarvan oor die wors en strooi die orige kaas oor. Bak 15-20 minute of tot lekker warm. Dien op saam met die orige sous.

KAAPSE KERRIE

2 uie, in ringe gesny
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 suurlemoensap asook nog sout en peper indien nodig.

Bobotie in die Mikrogolf

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

Mikrogolf ui + botter 4 minute oop by 100 % in ronde tertbak. (25 cm deursnee, 6 cm diep) Roer na eerste 2 minute. Roer kerrie, sout, borrie, en sap by. Voeg vleis by en roer liggies met vurk. Bedek en mikrogolf mengsel 5 min. by 100% krag. Roer goed om los te maak. Roer broodkrummels, blatjang en wyn by. Bedek en mikro 10 minute by

70% krag. Laat 'n rukkie afkoel.

Smeer fyn appelkooskonfyt bo-oor. Klits melk en eiers en giet bo-oor.

Mikro sowt 25 minute oop by 50% krag tot eiermengsel gestol is.

(Mens kan so vinnig dan in die gewone oond naby die rooster (gril) sit om bo-op mooi bruin te bak.)

Lewerkoekies

500g skaaplewer

250ml gesnyde groenboontjies

1 middelslag tamatie

1 sny brood

180ml ongesif afgemeet meelblom

10ml sout

kookolie vir vlak braai.

4 middelslag aartappels

2 spinasieblare

1 ui

3 eiers

15ml bakpoeier

1ml peper

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

Kampkerriekos

500g boerewors, in skywe gesny

2 knoffelhuisies, gekneus

2 uie gekap

15ml kookolie

2ml rissiepoeier

15ml kerriepoeier

250ml vleisaftreksel

15ml tamatiepuree

30ml suurlemoensap

5ml sout

2ml vars gemaalde swartpeper

3 aartappels, in blokkies gesny

4 piesangs, in skywe gesny

Rooster wors tot byna gaar. Hou eenkant warm. Soteer intussen knoffel

en ui in verhitte kookolie. Voeg rissie- en kerriepoeier by en braai effens. Voeg verhitte vleisaftreksel, tamatiepuree, suur lemoensap, sout en peper by. Voeg aartappels en wors by en prut vir 20 minute. Voeg piesangs by, meng goed en verhit deeglik. Sit voor met gebotterde heelgraanbrood.

Sardyne met geelrys

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

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

Lewer bobotie met appel

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

30 ml suurlemoensap
2 ekstra groot eiers, geklits
250 ml melk
2 lourierblare

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

Lewer in Netvet (Skilpad)

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

Laat lê die netvet in sterk warm water voor jy die lewer daarin sit, anders kraak dit. Vir elke 1 skaaplewer benodig mens omtrent 1½ netvet as jy dit in klein porsies gaan oprol om oor die kole te braai. Maal die lewer met die ui, 'n sny brood, speserye, sout en peper. Sny die netvet in 6 cm stukkies. Skep dessertlepelvol van die gegeurde lewer daarop. Vou die netvet toe om die lewer. Meeste van die vet braai weg en net die lekkerte bly oor. Braai oor 'n stadige vuur of in 'n swaarboompot.

Ouderwetse Lampastei

Bestanddele:

4 pond Lamsvleis (rugstring is heerlik)	1 glas Wit Wyn
2 wit Uie (in ringe gesny)	
2 hardgekookte eiers en 1 rou eier	1 eetlepel Sago

1 blaartjie Foelie
2 onse Botter
Sap van 1 Suurlemoen
Sout en Peper na smaak

'n Paar skyfies Ham
'n Bietjie Wonderpeper

Metode:

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

Let Wel - 1. Lamsvleis en hoender kan saam gebruik word.
2. Hoender kan ook alleen vir die pastei gebruik word.

Ingelegde Vis

Bestanddele:

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

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

Metode:

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

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

Worsgebak

30 ml sonneblomolie
1 groen soetrissie, ontpit en gekap
2 ml borrie
15 ml blatjang
2 ml peper
cm-

1 ui, gekap
10 ml matige kerriepoeier
500 ml kookwater
5 ml sout
500 g rou boerewors, in 4
stukkies gesny

1 x 410 g blik appelkooshelftes
gekapte grasuie vir garnering

300 g rou rys (375 ml)

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

Hoenderlewer met byt

500g hoenderlewertjies
sout en varsgemaalde swartpeper na smaak
2 knoffelhuisies, gekneus
1 ui, gekap
5 ml borrie
90ml botter
12.5ml kerriepoeier of garam masala
1 stuk ± 1cm gemmer, fyn gekap
410g (1blik) tamaties, gekap
1 brandrissie, ontpit en fyngekap
200g bevrore of vars jong ertjies
vars koljanderblare(dhania) gesnipper

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

Braai ui tot sag in panvet oor lae hitte. Voeg knoffel, gemmer, borrie, kerriepoeier en rissie by.

Roer en laat 1-2 minute stadig prut. Voeg tamaties by en bring tot kookpunt. Laat ongeveer 10 minute lank prut. Voeg ertjies net voor opdiening by en geur met sout en varsgemaalde swartpeper en 'n bietjie suiker indien verkies. Sodra sous begin prut, voeg hoenderlewers en bietjie koljanderblare by en laat prut tot deurwarm. Sit voor en garneer met die res van die koljanderblare.

Wildsvleisbobotie

50ml olie
 15ml kerriepoeier
 7ml sout
 37,5ml fyn appelkooskonfyt
 gerasper
 50ml pitlose rosyne
 350ml melk
 5ml borrie

1 ui, gekap
 750g gemaalde wildsvleis;
 37,5ml bruin asyn
 1 Granny Smith-appel, grof

 1 sny witbrood
 2 eiers
 4 vars suurlemoen- of lourierblare.

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

Doodeet worsgereg

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

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

Souserige beesstert

2 kg beesstert (in porsies gesny)	paprika
koekmeelblom	250g swoerdlose spekvleis (in

blokkies)

2 groot uie (gekap)

60ml tamatiepasta

500ml droë rooiwyn

250ml vleisaftreksel

vars gemaalde swartpeper

2 knoffelhuisies (gekneus)

10ml roosmaryn

410g heel tamaties

sout

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

Suikermieliebredie

25ml olie

500g maalvleis

2ml peper

225ml kookwater

410g (1 blik) roomsoort suikermielies geroosterde tamatieskywe

1 ui, fyn gekap

5ml sout

1 vleisekstrablokkie

2 aartappels, geskil en in blokkies

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

Boeliebief skywe

DEEG:

400ml koekmeelblom

2ml bakpoeier

200ml melk

knippie sout

110g margarien, gerasper

1 eiergeel

VULSEL:

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

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

Lewer en perske-broodjie

- 250 g ontbytspek
- 1 ui, gekap
- 20 g botter
- 250 g hoenderlewers
- 250 g gemaalde beesvleis
- sout en peper na smaak
- 410 g perskeskywe, gedreineer
- 50 g vars broodkrummels
- 20 ml fyn gekapte pietersielie
- 1 eier, geklits
- 4 ontbeende hoenderborshelktes

Voorverhit die oond tot 180° C en smeer 'n broodpannetjie en voer dit uit met die spekvleis, hou die wat oorbly. Braai die ui in die botter tot sag en laat afkoel.

Meng die hoenderlewers en oorblywende spek met die ui en maal dit saam in 'n voedselverwerker. Voeg die maalvleis by en geur met die sout en peper.

Kap die perskeskywe in stukkies en voeg dit by die maalvleismengsel. Voeg ook die broodkrummels, pietersielie en eier by.

Meng alles saam met 'n groot vurk. Skep die helfte van die vleismengsel in die bereide pan. Sny die hoendervleis in stukkies en plaas dit bo-oor die vleismengsel.

Skep die oorblywende vleismengsel bo-op.

Bak die broodjie 1 uur lank of tot gaar. Laat afkoel en plaas liefs 'n rukkie in die vrieskas voor dit gesny word.

Resepte - Inhoud



Telefoonpoeding
Bruinpoeding
Broodpoeding
Bruinpoeding sonder eiers
Jan Ellispoeding
Liplekker vlaskywe
Malvapoeding 1 en 2
Predikantsvroupoeding
Ryspoeding
Super sagopoeding
Lemoen karamel ryspoeding
Melkkos
Skrikkeljaarpoeiding
Sagopoeding
Gebakte karringmelkpoeding
Koue Kersfeespoeding
Goue brood en botterpoeding
Koffie en Amarula-nagereg
Kambro konfynt

Telefoonpoeding

1 1/2 koppie meel
1 koppie suiker
1/2 koppie botter
1/2 koppie melk
sout
2 eiers
1 teelepel koeksoda
1 teelepel gemmer
1 eetlepel appelkooskonfyt

Sous:

1 1/2 koppie suiker
2 1/2 koppies kookwater

Maak die deeg in die skottel aan waarin dit gebak moet word. Roer stroop en gooi oor deegen bak vir een uur teen 400°F.

Ek weet nie wie Mev Marais was nie, maar hier is haar poeding :-)

Mev. Marais se Bruinpoeding

1/2 koppie fyn appelkoos konfyt
2 teelepels koeksoda (gelyk vol)
1/2 koppie botter
1 en 1/2 koppie meelblom
1/4 teelepel sout

Stroop:

1 en 1/2 koppie suiker
3 koppies water
1/2 teelepel gemmer

Meng konfyt, koeksoda en botter saam. Koeksoda word eers met 'n bietjie asyn aangemaak. Voeg droë bestandele by en skep lepels vol in kokende stroop.

BROODPOEDING.

1 liter melk.
20 g. (25 ml.) botter.
1 ml. sout.

120 g. (500 ml.) broodkrummels.
4 eiers (geskei)
200 g. (250 ml.) suiker.
2 ml. suurlemoenskil (gerasper)
80 g. (100 ml.) suiker.
75 ml. appelkooskonfyt.

Verhit melk, botter en sout saam. Giet warm melk op broodkrum - mels en laat week. Klits eiergele, 200 g. suiker en suurlemoenskil saam. Roer eiergeelmengsel by melkmengsel in en meng goed. Klits eierwitte styf, voeg oorblywende suiker by en klits tot gemeng.

Vou helfte van eierwitmengsel by melkmengsel in. Giet in 'n gesmeerde vuurvaste bak en bak sowat 30 minute lank by 180 Grade C. Smeer konfyt op broodpoeding en skep oorblywende eierwit - mengsel daaroor sodat dit mooi punte vorm. Bak poeding nog vir 15 minute lank tot meringue goudbruin is.

BRUINPOEDING SONDER EIERS

3 kop Meelblom
3 teel Koeksoda
3 eetl Margarine
1 kop Melk
3 eetl Gouestroop
Sout

Smelt botter en stroop saam, laat afkoel. Los koeksoda in melk op en roer in. Sif meel en sout in en meng deeglik.

STROOP:

Kook 3 kop suiker, 6 kop kookwater, 1 eetl gouestroop en 1 eetl botter in 'n groot kastrol. Skep lepelsvol deeg in warm stroop en laat opkook. Plaas deksel op en laat 1 uur lank stadig kook. Indien verkies, kan 1 eetl gemmer bygevoeg word vir smaak.

Jan Ellis poeding

1 1/2 kop. bruismeel.
2 eiers.
2 eetl.appelkooskonfyt.
1/2 kop. melk.
1/2 kop. suiker.

1 teel. koeksoda.

2 eetl. sagte botter.

1/4 teel. sout.

Los koeksoda in melk op. Meng al die ander bestanddele. Roer melk en koeksoda by en meng baie goed. Bak 30 minute in matige oond.

Stroop:

1 kop. kookwater.

1 kop. room.

1 teel. vanilla.

1 kop. botter.

1 kop. suiker.

Gooi alles in kastrol en bring tot kookpunt. Gooi warm sous oor poeding wanneer dit uit die oond kom. Bedien warm of koud.

LIPLEKKER VLASKYWE

16 snye ferm bruinbrood, korsies verwyder en met botter gesmeer.

15 ml. (1 eetl.) kaneel.

80 ml. (1/3 kop.) bruinsuiker.

100 g. (1 pakkie) pekanneute, gekap.

1 liter. (4 kop.) melk.

60 ml. (4 eetl.) botter.

80 ml. (1/3 kop.) suiker.

125 ml. (1/2 kop.) koekmeelblom.

100 ml. mielieblom.

15 ml. (1 eetl.) vlapoeier.

2 ml. (1/2 tl.) sout.

125 ml. (1/2 kop.) koue water.

3 ekstra-groot eiers.

5 ml. (1tl.) vanieljegeursel.

Voorverhit oondrooster tot warm. Smeer 'n vlak, reghoekige oondbak (30 x 23 cm.) met botter. Pak brood in 'n enkellaag op 'n bakplaat. Meng kaneel en bruinsuiker en sprinkel liggies oor brood. Rooster tot gekaramelliseer. Pak 8 van die snye brood onder in oondbak en hou ander 8 eenkant. Verhit melk, botter en suiker tot kookpunt. Meng intussen die koekmeelblom, mielieblom, vlapoeier en sout. Maak met koue water aan tot 'n pasta. Voeg 'n bietjie van die kokende melkmengsel by en roer tot goed gemeng. Klits nou eiers by. Giet bietjies-bietjies terug in kastrol by orige melkmengsel en verhit stadig, terwyl aanhoudend geroer word, tot mengsel dik en gaar is. Verwyder van hitte en roer vanieljegeursel by. Skep 'n laag warm vla oor broodjies. Pak die res van die brood (met karamellaag na bo) op vla en

skep orige vla bo-op. Laat afkoel tot kamertemperatuur en sprinkel dan 'n dun lagie bruinsuiker en kaneel oor. Rond af met gekapte neute en verkoel oornag. Sny in blokke en sit voor saam met koffie of as poeding. Genoeg vir 6 tot 8 mense.

Malvapoeding

1 kop. meelblom.
1 teel. koeksoda.
1 eetl. botter.
1 eier.
1/2 kop. melk.
1 eetl. asyn.
1/2 kop. suiker.
sout.

Room botter, suiker en eier. Meng asyn en koeksoda en voeg by bottermengsel. Voeg meel en sout by en maak aan met melk. Bak in matige oond tot gaar. Gooi sous oor warm gaar poeding.

Sous:

1 kop. Carnation melk.
1 kop. kookwater.
1 kop suiker.
Kook saam en gooi oor poeding.

Malvapoeding. (2)

2 eiers (by kamertemperatuur)
210 g. strooisuiker (250 ml.)
15 ml. appelkooskonfyt.
150 g. koekmeelblom (315 ml.)
knippie sout.
5 ml. koeksoda.
30 ml. botter.
5 ml. asyn.
125 ml. melk.

Sous.

250 ml. room.
100 g. suiker.(125 ml.)

100 g. botter.
125 ml. Suid-Afrikaanse Brandewyn.

Klits eiers en strooisuiker deeglik saam tot lig en donsig. Klits appelkooskonfyt by. Sif droë bestanddele 3 maal saam. Smelt botter en voeg by asyn en melk. Vou droë bestanddele beurtelings met melkmengsel by eiermengsel in. Giet beslag in middelslag-gesmeerde oondvaste skottel. Bak in voorverhitte oond teen 180 Grade C vir sowat 45 minute.

Berei sous:

Smelt sousbestanddele saam en giet bo-oor poeding sodra dit uit die oond kom. Steek gaatjies in poeding met vurk om sous te help intrek. Dien warm op saam met room.

Predikantsvrou Poeding

3 E botter/margarinen
1 K suiker
1 eier
1 K koekmeel
1 K melk
1 t vanielje
2 E goue stroop
1 t koeksoda
knippie sout

Metode

Meng alles saam in 'n oondskottel met 'n deksel. Bak vir 'n 3/4 uur op 180°C. Wanneer gaar gooi 'n klein blikkie I deal melk bo-oor warm poeding. (Indien jy nie I deal melk in die huis het nie, kook saam 1/2 K melk, 2 E suiker en 1 t margarien - net so lekker bo-oor.)

RYSPOEDING

70 g. (125 ml.) bruismeel.
4 ekstra groot eiers, geklits.
625 ml. melk.
165 g. (125 ml.) fyn appelkooskonfyt, gesmelt.
210 g. (250 ml.) strooisuiker.
500 ml. gaar rys.
75 g. (125 ml.) gedroogde appelkose, fyn gekap en geweek.

15 ml. botter, gesmelt.
5 ml. vanieljegeursel.
kaneel om oor te strooi.

Voorverhit die oond tot 180 Grade C. Smeer 'n 26 x 21-cm-oondvaste bak met margarien. Plaas die bruismeel in 'n groot mengbak. Klits die eiers en melk saam en voeg by die bruismeel terwyl aanhoudend geroer word met 'n draadklopper. Meng die appelkooskonfyt en strooisuiker en voeg dit ook by die meelmengsel. Voeg die rys,appelkose, botter en vanieljegeursel by. Meng goed en giet in die voorbereide bak. Sprinkel 'n bietjie kaneel bo - oor.
Bak sowat 55 minute lank of todat die poeding gestol en goudbruin van bo is. Dien warm op saam met roomys of vla. Genoeg vir 6 mense.

SUPER SAGOPOEDING.

180 ml. (3/4 kop.) sago.
250 ml. (1 kop.) volroommelk.
250 ml. (1 kop.) room.
knippie sout.
1 blik (397 g.) kondensmelk.
3 ml. (ruim 1/2 tl.) bakpoeier.
3 ekstra-groot eiers, geskei.
80 ml. (1/3 kop.) sagte bruinsuiker.
7 ml. (1 1/2 tl.) fyn kaneel.

Voorverhit oond tot 200 Grade C en smeer oondbak met botter of bespuit met kleefwerende kossproei. Verhit sago, melk, room en sout oor lae hitte tot kookpunt. Laat ongeveer 30 minute baie liggies prut, roer gereeld. Verwyder van hitte, laat effens afkoel en voeg kondensmelk, bakpoeier en eiergele by. Meng goed. Klits eierwitte tot dit stywe punte vorm en vou liggies by die mengsel in. Skep in voorbereide bak en bak ongeveer 20 tot 30 minute tot opgepof en goudbruin. Geniet met vla. Genoeg vir 4 mense.

LEMOEN - KARMEL - RYSPOEDING

Karamel :
125 ml. (1/2 kop.) vars lemoensap.
180 ml. (3/4 kop.) strooisuiker.
Poeding :
875 ml. (3 1/2 kop.) volroommelk.

250 ml. (1 kop.) wit rys uit Amerika.
125 ml. (1/2 kop.) witsuiker.
300 g. ricottakaas.
3 ekstra-groot eiers. liggies geklits.

Voorverhit oond tot 180 Grade C en bespuit 'n 22 cm-koekpan liggies met kleefwerende kossproei. Verhit 60 ml. (1/4 kop.) van die lemoensap en die strooisuiker oor baie lae hitte tot die suiker opgelos is, terwyl geroer word. Verhit tot kookpunt en kook vinnig, sonder om te roer, tot die mengsel 'n diep karamelkleur het. Voeg orige lemoensap by. (Versigtig, dit sal erg borrel en spat.) Plaas vinnig terug op die hitte, laat opkook. Giet in koekpan en kantel die pan sodat die karamel die bodem en kante van die koekpan bedek. Plaas in die yskas. Verhit die melk en rys saam tot kookpunt, en laat prut (terwyl geroer word.) tot sag en gaar. Verwyder van hitte, roer suiker by en laat afkoel. Roer ricotta en eiers by, giet op karamellaag en maak gelyk. Bedek deeglik met aluminiumfoelie en plaas in 'n oondbak wat halfpad met water gevul is. Bak 45 - 50 min. of tot die poeding ferm in die middel is. Verwyder koekpan uit waterbad en laat afkoel tot kamertemperatuur. Keer uit op 'n dienbord en verkoel tot opdiening. Genoeg vir 8 - 10 mense.

Melkkos

3 k vermicelli
water om te bedek
knypie sout
2 t kookolie
6 k melk
2 stukkies pypkaneel
2 steranyse
3 huisies kardamom
1 E suiker
sout
3 E mielieblom
1/2 k water
2 E botter

Breek die vermicelli in 5 cm stukkies, sodat jy genoeg het om 3 koppies te vul. Bedek met water in 'n kastrol, voeg 'n knypie sout en die kookolie by en kook tot sag. Dreineer en hou eenkant.

Kook die melk, pypkaneel, steranys, kardamom, suiker en sout. Voeg die gekookte vermicelli daarby. Meng nou die mielieblom met die 1/2 koppie wateren roer dit in die melk. Voeg die botter by. Laat dit stadig prut vir

5 minute. Skep op in diepborde en dien op met kaneelsuiker.

Skrikkeljaarpoeding

3 E botter
1/2 koppie suiker
1 koppie meelblom
2 T bakpoeier
2 eiers, geel en wit apart
2 E strooisuiker
1 en 'n kwart koppie melk
3 E appelkoos of aarbei konfyt
1/4 T sout

Meng die botter, suiker, meelblom, die geel van eiers en 'n klein hoeveelheid melk.

Sit die mengsel in 'n gesmeerde vuurvaste bakskottel en bak dit 30 min lank of tot gaar by 180 grade C.

Haal dit uit, gooi koue melk bo-op, smeer die konfyt daarop en smeer die styfgeklopte wit van die eiers (met suiker) bo oor.

Bak weer in die oond tot die skuim bo-op goudbruin is.

Sago poeding

2 koppies sago (500 ml)
2 l melk
knypie sout
250 g margarien
4 eetlepels mielieblom (60 ml)
2 koppies suiker (500 ml)
appelkooskonfyt

Week sago in melk vir 12 uur. Kook melk, sago en margarien saam. Meng mielieblom met 'n bietjie melk en voeg saam met suiker by die mengsel.

Roer en kook tot dik. Plaas in oondbak en bak vir 30 minute by 180°C.

Versier met appelkooskonfyt en kaneel voor opdiening. Dien op met vla of room.

Gebakte karringmelkpoeding

Bestanddele:

1 koppie Meelblom	2 Eiers
1 koppie Karringmelk	2 eetlepels Botter
½ koppie Suiker	2 gelyke teelepels Bakpoeier

Metode:

Klits botter en suiker so goed moontlik, voeg eiers by en klits weer goed, voeg nou die karringmelk en meelblom beurtelings by. Roer nou die bakpoeier by. Poeding word op die gewone manier gebak

Let wel: Dikmelk kan in plek van karringmelk gebruik word.

Koue Kersfeespoeding

1½ koppies fyn gerolde Marie beskuitjies	8 malvalekkers
¼ koppie suiker	½ koppie gekapte neute
125ml gemengde skil	¼ teelepel fyn neut
250ml room	¼ koppie lemoensap
mespunt kaneel	125ml dadels
gerasperde skil van 1 suurlemoen	

Meng krummels, vrugte, neute, skil en speserye. Verhit die lemoensap en los die malvalekkers daarin op. Voeg die suiker by en gooi oor die krummels en vrugte. Klop die room styf en vou dit by die mengsel in. Plaas die nagereg in die yskas om styf te word.

Goue brood en botterpoeding

4 koppies broodkrummels	4 koppies melk
4 eiers, wit en geel geskei	2 eetlepels botter
appelkooskonfyt	1 koppie suiker
1 teelepel kaneel	½ teelepel sout
4 eetlepels suiker	

Klits die geel van eiers en voeg suiker, melk, sout en kaneel by. Gooi melkmengsel oor brood in 'n gesmeerde vuurvaste bakskottel. Sit klein blokkies botter bo-op. Bak in 'n matige oond (180C) tot ligbruin. Haal uit. Smeer appelkooskonfyt liggies bo-op. Klop die wit van eiers styf met 4 eetlepels suiker en smeer oor die konfyt. Bak dit weer in 'n matige oond tot die skuim bo-op goudbruin is. Bedien warm met vla.

Koffie en Amarula-nagereg

So lig soos 'n soufflé en absoluut heerlik!

20 ml koffiepoeier	125 ml kookwater
300 g malvalekkers	1 blik (410 g) verkilde, ingedamppte melk
30 ml Amarula-room	125 ml gekapte neute

Los die koffie in die water op. Giet in groterige kastrol en plaas die malvas daarin. Laat eenkant tot die lekkers feitlik heeltemal gesmelt is. Klits intussen die koue melk tot styf. Roer die koffie-malvamengsel deur om seker te maak dat al die lekkers opgelos is. Roer die mengsel dan by die styfgeklitste melk in. Voeg Amarula en neute by en roer deur. Skep in individuele glase of in 'n groot bak. Plaas in yskas om te stol. Dien op met room en enige vars vrugte na keuse.

Kambro-konfyt

Deur Jasper Cloete

Hier is die resep van 'n tannie wat gereeld Kambro-konfyt kook. Sy is nie familie nie, maar ons albei kom van Sutherland. Volgens haar is net die Kambro's wat in Augustus uitgehaal word geskik vir konfyt kook.

Hier is die resep soos wat sy dit maak:

Skil kambro dun af en week dit vir 'n ruk in soutwater om melk uit te trek (ek weet nie hoe lank 'n ruk is nie, dit is maar soos ek die resep gekry het).

Sny die kambro in reepe of skywe wat geskik is om te prik.

Prik deeglik van alle kante en sny dan in verlangde groote of vorm.

Weeg die stukke.

Week nou die stukke oornag in kalkwater (1 eetlepel kalk op 3.4 liter water)

Gooi water af en spoel stukke af met skoon water.

Sit nou die stukke een-een in kookwater (water moet nie ophou kook nie) en kook vir 10 minute vinnig tot deursigtig.

Maak stroop van 500 gram suiker vir elke 500 gram vrugte en gebruik drie koppies water vir elke 500 gram suiker.

Laat stroop kook en plaas stukke geleidelik daarin sonder dat stroop ophou kook.

Resepte - Inhoud



Bierbroodjie
Dadelbrood
Die allerlekkerste rosynebrood
Doodvreet lepelskous
Growwemeelbeskuit
Heerlike witbrood
Kaas-en-ueibrood
Karringmelkbeskuit
Mieliebrood
Neutebrood
Stywepap en krummelpap
Ryspap
Gesondheidsbeskuit
Mosbolletjiebrood
Kaiingbrood
Feespap
Asbrood
Knoffelring
Beesstertbroodjie
Souskluitjies
Aartappelsuurdeeg
Semel piesangbrood
Braaivleisbroodjie
Vetkoekies

Bierbroodjie

500 gram bruismeel
1 X Blikkie Bier van jou smaak
Knippie sout.

Meng die klomp totdat die deeg van jou vingers af is, sit in die broodpan, laat rys, en bak 40 min op 180 grade.

Die lekker van die resep is dat n mens die deeg kan ooprol en enige iets na jou smaak oor die hele oppervlakte smeer of strooi (viennas en tamatie smeer, spinasie en feta, kaas en knoffel, biltong en jalepeno, ag sommer net wat se smaak ookal in jou kieste opspring.

DADELBROOD.

2 kop. meelblom.
2 eiers.
1/4 lb. botter.
1/2 lb. dadels.
1 kop. kookwater.
sout.
1 kop. suiker.
2 tl. koeksoda.
1 tl. vanielje.

Gooi kookwater oor botter, suiker, dadels, koeksoda en sout. Laat afkoel. Voeg eiers heel by. Roer meel in. Bak vir 'n uur by 180 Grade C

DIE ALLERLEKKERSTE ROSYNEBROOD:

1 pakkie Bruismeel
1x250 g pitlose rosyne
1 houertjie karringmelk
2 eetl. suiker
2 gelyk teelepels bakpoeier
knippie sout

Stel oond op 180°C. Sif droë bestanddele saam, meng suiker saam, gooi rosyne by en voeg die karringmelk by. Ek skud altyd die kartonnetjie agterna met 'n bietjie melk uit. Meng deeglik met houtlepel. Skep uit in gesmeerde broodpannetjie en bak vir een uur. Keer uit en laat afkoel.

Hierdie broodjie is 'n wenner. Soos met alle kitsbrode, is dit op sy lekkerste op die eerste dag.

DOODVREET-LEPELSKONS

Hierdie skons is ware treffers!

4 kop bruismeel

1 teelepels sout

2 teelepels bakpoeier

2 groot eiers

½ koppie olie

2 teelepels wit suiker

1 kop karringmelk - soos benodig om deeg klouerig slap te maak (om te skep in muffin-panne)

Meng olie, eiers, melk tot glad. Meng droë bestanddele en suiker. Meng die mengsel by droë mengsel. Deeg moet slap wees om te skep met lepel, maar nie loperig nie. Skep 'n groot eetlepel vol in gesmeerde kolwyntjie-pannetjies. Bak by 200° C goudbruin.

GROWWEMEELBESKUIT

8 x 250 ml. Nutty Wheat.

2 x 250 ml. Snowflake koekmeelblom.

7,5 ml. sout.

1 x 10 g. pakkie kitsgis.

250 ml. suiker.

250 g. margarien.

125 ml. gouestroop.

750 ml. louwarm water.

Meng droë bestanddele saam en vryf hierna margarien met vingerpunte in. Meng gouestroop en louwarm water en voeg by droë mengsel. Meng tot deeg. Rol deeg in handpalms tot ewe groot balletjies en plaas in gesmeerde broodpanne. Laat rys tot dubbel die grootte en bak vir een uur teen 180 Grade C. Keer uit en laat afkoel. Breek op in beskuite en laat oornag in koel oond uitdroog. Sultanas of rosyne kan by beskuitdeeg gevoeg word voor dit in balletjies gerol word.

HEERLIKE WITBROOD.

25 g. vars gis.

625 ml. louwarm water.

40 g. (50 ml.) suiker.

1 eier.

125 ml. kookolie.

12,5 ml. sout.

1 kg. witbroodmeel.

Voorverhit oond tot 200 Grade C. Krummel gis in water en voeg suiker, eier en olie by. Voeg sout by helfte van meel en voeg by vloeistof. Werk res geleidelik in om sagte deeg te verkry. Knie vir 10 minute tot glad en elasties. Bedek met plastiek of handdoek en sit op warm plek om tot dubbel die volume te rys. Knie af, verdeel in twee en vorm een helfte tot klein broodjie. Maak snytjies bo-op. Gebruik die res om rolletjies te maak. Sit brood in gesmeerde pan en rolletjies op gesmeerde bakplaat. Laat toe om tot dubbel die volume te rys. Bedek rolletjies met enige van die volgende : olyfolie en growwesout, heuning en papawersaad, melk en vars gekapte kruie en/of eierglasuursel en gekapte neute. Bak vir 45 minute tot gaar. Lewer 1 groot/2 klein brode, of 12 rolletjies.

KAAS - EN - UIEBROOD

500 g. bruismeel.

1 pakkie dik wit uiesoppoeier.

5 ml. (1 tl.) sout.

5 ml. (1 tl.) bakpoeier.

150 g. gerasperde cheddarkaas.

1 ekstra groot eier.

500 ml. (2 kop.) karringmelk.

Voorverhit oond tot 180 Grade C en smeer 'n broodpan van 1,5 liter met botter of bespuit met kleefwerende kossproei. Sif die meel, uiesoppoeier, sout en bakpoeier saam. Voeg 100 g. van die kaas by en meng goed. Klits die karringmelk en eier goed saam en voeg by die droë bestanddele. Roer goed. Skep in voorbereide pan en versprei eweredig. Sprinkel die orige kaas oor en bak 1 uur lank tot gaar of todat 'n toetspen skoon uit die middel van die broodjie kom. Sit voor met kaas en konfyt.

KARRINGMELKBESKUIT

250 ml. suiker.

2 eiers.

500 ml. karringmelk.

1 kg. Snowflake - bruismeel.
5 ml. sout.
250 g. margarien.

Verhit oond tot 180 Grade C. Klits eiers en suiker saam tot lig en skuimerig. Voeg karringmelk by. Sif meel en sout in groot mengbak en vryf botter in met vingerpunte. Voeg karringmelk by en meng tot deeg. Rol deeg in handpalms in balletjies. Rol balletjies ewe groot omtrent die grootte van 'n eier. Plaas balletjies dig teenmekaar in gesmeerde broodpanne. Bak vir 50 - 60 minute. Laat effens afkoel en keer uit. Laat dan heeltemal afkoel. Breek beskuite oop en laat oornag op draadrak in oondlaai of in koel oond uitdroog.

MIELIEBROOD

1 kop. meelblom.
1 blik geroomde soort suikermielies.
3 eiers.
1/2 kop. suiker.
1 kop. mieliemeel. (fyn)
3 tl. bakpoeier.
sout

Klit eiers en voeg die res van bestanddele by. Gooi in gesmeerde broodpan. Kook 'n bietjie water in 'n groot kastrol en plaas die broodpan daarin. Laat dit vinnig stoom in die toe kastrol vir + - 20 minute. As die water weggook, kan dit na 10 minute weer aangevul word.

NEUTEBROOD

2 kop. meelblom.
4 tl. bakpoeier.
1 tl. sout.
1/2 kop. suiker.
4 eetl. botter of margarien.
1 eier.
1 kop. melk.
1 kop gekapte okkerneute.

Sif droë bestanddele saam en voeg suiker daarby. Vryf botter met vingerpunte daarin. Klits die eiers goed, en voeg dit by die melk. Roer dit geleidelik by die droë mengsel om 'n sagte deeg te vorm. Voeg die okkerneut by en gooi in 'n gesmeerde pan wat met gesmeerde papier

uitgevoer is. Laat 30 minute staan en bak vir 40 - 50 minute in 'n matige oond.

Stywepap en Krummelpap

Daar is vele menings oor hoe on stywe- of krummelpap te maak. As julle enige voorstelle het oor hoe om die onderstaande resepte te verbeter, **laat my weet**, en ek las dit hierby!

Mens kan mieliemeel ipv die braaipap gebruik wat hieronder genoem word. Ek dink die resepte kom oorspronklik van die pakkies ag waarin dit verkoop is.

STYWE PAP (4-6 porsies)

1 liter water (4 koppies)
5ml sout (1 teelepel)
500ml TRADISIONELE BRAAI PAP (2 koppies) (320g)

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

KRUMMELPAP (4-6 porsies)

500ml water (2 koppies)
5ml sout (1 teelepel)
750ml TRADISIONELE BRAAI PAP (3 koppies) (480g)

Gebruik 'n medium swaarboomkastrol en verhit water en sout tot kookpunt. Voeg TRADISIONELE BRAAI PAP by, plaas deksel op en prut vir 15-20 minute. Roer met 'n vurk tot pap krummels gevorm het. Prut vir 20-30 minute. Roer 'n paar keer.

Wanneer ons egter vir ons krummelpap maak, dan kook ons dit vir baie langer as wat hulle hier bo voorstel. Ons glo die krummelpap moet stadig en baie lank prut.

Roer die krummelpap vir die eerste keer nadat die meel 'n velletjie gevorm het -- dis belangrik om nie te vroeg te roer nie. Hoe lank jy die pap ná die roer laat prut, hang ook af van hoe groot jou krummels is. Ek vind dat 20 min. op 'n medium-lae gasvlam genoeg is, maar smaak verskil hehehe en elke ekspert het sy manier

RYSPAP

1 liter water.

500 ml. (2 k.) gaar rys.

5 ml. (1 t.) sout.

450 ml. mieliemeel.

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

Verhit die water, rys en sout saam tot kookpunt. Laat dit stadig prut en roer die mieliemeel geleidelik by -dit vorm 'n slap pap. Laat dit 20 minute lank stadig oor lae hitte prut tot deurgekook en gaar. Roer die botter of magarien in en bedien warm saam met pangebreaide wors en warm tamatie-smoor. Genoeg vir 5 - 6 mense.

GESONDHEIDS BESKUIT

1 kg volkoringmeel

250 ml klapper

200 ml pitlose rosyne

55 ml bakpoeier

500 ml suiker

250 ml sonneblomolie

500 ml koekmeel

500 ml fyngedrukte graanvlokkies

125 ml sonneblomsaad

10 ml sout

250 g margarien, gesmelt

1 liter kookwater

Stel die oond op 180C. Meng al die droë bestanddele, behalwe die suiker saam. Giet die gesmelte margarien in 'n ander mengbak en voeg die suiker, olie en kookwater by. Meng. Voeg by die droë bestanddele en meng goed. Skep deeg in 2 gesmeerde broodpanne. Doop 'n mes in warm water en sny die deeg in blokkies. Bak sowat 1 uur, of tot gaar, in die voorverhitte oond. Laat effens afkoel in die panne. Keer uit, breek in stukke en droog uit.

Mosbolletjiebrood

(genoeg vir 30 stukkies van 50 g elk)

1 kg koekmeelblom
10 ml sout
40 g (4 pakkies) kits droë gis
10 ml suiker
20 g anyssaad
60 g botter in klein blokkies gesny
600 ml warm melk
1 eiergeel, liggies geroer

Smeer 3 klein broodpannetjies met botter. Sif meel, sout, giss en suiker saam in 'n mengbak en voeg dan anyssaad by. Meng die botter en die warm melk, voeg dit by die droë bestanddele en meng tot 'n ferm deeg. Keer uit op 'n oppervlak wat met meel bestrooi is en knie tot 'n sagte nie-klewerige deeg wat glad en elasties is. Plaas in 'n bak wat liggied met olie gesmeer is en verseël met plastiek (smeer ook met olie) en hou eenkant op 'n warm plek totdat die volume verdubbel het. Druk die deeg plat, knie liggies en vorm balletjies van 50 gram. Plaas in 'n broodpan maar laat ruimte aan die kante. Sit in 'n warm treklose vertreken laat stan vir sowat 30 minute totdat die deeg tot by die bokant van diie pan gerys het. Verhit die oond tot 180 grade C. Bestryk die brood met eiergeel, bak vir 15 minute en verlaag dan die hitte tot 160 C. Bak vir nog 30 minute tot gaar. Keer op 'n draadrak uit en laat afkoel

Kaiingbrood

Die geheim is om die kaiings reg uit te braai, nie almal weet so mooi hoe nie, maar dis hoekom ek nou hier is!
Kaiings kan van die vet van enige slagdier gemaak word. Sny die vet af en maal dit met 'n growwe meul. Verhit in 'n kastrol met 'n bietjie water dat die vet smelt en laat die vet maar lekker uitbraai, hy vorm vanself kaiings. Party mense gooi bietjie melk by, maak glo 'n mooier kaiing. Die kaiings is die stukkies wat op die warm vet ronddryf, skep dit dadelik af en dis reg vir gebruik. Wanneer jy bak daarmee moet dit eers weer gemaal word, die keer met 'n fyn meul.

Die broodresep

2 teelepels droë gis
2 teelepels suiker
3 koppies lou water
7 koppies broodmeel
2 teelepels sout
3 teelepels sagte varkvet
500g kaiings

Los die droë gis en suiker op in 1 koppie van die lou water. Roer 1/2 koppie van die broodmeel by. Bedek en hou warm sodat dit kan gis (een uur)

Sif die meel en die sout saam. Maak 'n holte in die middel en voeg die suurdeegmengsel daarby. Knie nou goed totdat die deeg mooi skoon afkom van die hande.. Voeg die orige lou water geleidelik by terwyl jy knie. Knie die sagte varkvet goed deur en voeg dan die gemaalde kaiings by. Knie baie goed. Bak teen 180 °C vir 45 tot 60 minute.

Feespap

3 koppies mieliemeel
6 koppies water
1½ teelepel sout
1 bottel biltongsmeerkaas
250ml room
1 blikkie geroomde sampioene
250g ontbytspek
2 uie
gerasperde kaas

Stel oond op 180C, en spuit 'n bakskottel. Kook mieliemeel in sout en water tot gaar. Snipper en braai spek en uie. Meng gebraaide spek en uie, smeerkaas, room en geroomde sampioene. Skep in lae in bakskottel: Pap,dan spekmengsel. Herhaal lae. Strooi gerasperde kaas oor en bak totdat die kaas gesmelt is. Bedien saam met braaivleis.

Asbrood

750 ml bruisbroodmeel
25- ml witbroodmeel
10 ml bakpoeier
2.5 ml sout
500 ml karringmelk

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

Knoffelring

Knoffelsous:

180 ml (¾ k) Botter, gesmelt
3 knoffelhuisies fyngedruk of 1 ½ t voorbereide knoffel
25ml (5 t) vars gekapte pietersielie
10 ml (2 t) gemengde droeë kruie

Brood :

2 ekstra groot eiers
25ml (5 t) olie
500 ml (2 k) louwarm water
60ml (¼ k) suiker
1 pakkie (10gr) kits- droeë gis
1 knoffelhuisie fyngedruk
Knippie gemmer
Knippie sout
5 x 250ml (5k) Koekmeelblom

Voorverhit die oond tot 190° C (375° F)

Bespuit pan met kleefwerende kossproei van 23cm deursnee

Meng al die bestanddele vir die knoffelsous in `n kastol tot margarine gesmelt is en hou eenkant.

Klits die eiers, olie, water en suiker saam. Meng die res van die droeë bestanddele in `n groot mengbak Voeg nou die watermengsel by en meng tot `n sagte deeg Knie die deeg vir 10 minute lank tot glad en elasties Bedek met bespuite kleefplastiek en laat rys tot dubbel die grootte (1 uur) Verdeel die deeg in twee ne rol 12 ewe groot bolle van elke deel. Rol al die bolletjies in die knoffelsous en pak in voorbereide pan Gooi die res van die knoffelsous bo-oor Bak omtrent 36-40 minute tot gaar of mooi bruin bo-op Dien louwarm op saam braaivleis

Beestertbroodjie

1 pak (500g) bruismeel	1 pakkie beesstertsoppoeier
1 houer (500ml) karringmelk	125ml gerasperde kaas
knypie rooipeper	

Metode:

Voorverhit die oond tot 180°C. Smeer 'n broodpan (20 x 14 x 7cm).

Meng die bruismeel, soppoeier en karringmelk goed saam. Skep die deeg in die pan en maak dit gelyk. Strooi die kaas en peper oor en bak 1 uur lank op die middelste ondrak. Keer op 'n draadrak uit en laat afkoel.

Souskluitjies

Kluitjies

250 ml koekmeelblom
10 ml bakpoeier
2 ml sout
50 ml margarien/botter
1 eier
100 ml melk

Sous

500 ml kookwater
25 ml margarien/botter
kaneelsuiker

1. Sif droë bestanddele saam.
2. Vryf 50 ml margarien in tot mengsel soos broodkruummels lyk.
3. Klits eier en melk saam, roer by meelmengsel in en meng tot 'n sagte deeg. Voeg nog melk by indien nodig.
4. Verhit water en 25 ml margarien tot kookpunt. Skep lepelsvol deeg in kokende water. Sit deksel op en laat kook 15 minute. Moenie deksel oplig terwyl kluitjies kook nie.
5. Skep kluitjies met 'n gleuflepel uit in 'n diep opskepskottel. Strooi kaneelsuiker oor.
6. Kook water waarin kluitjies gaar gemaak is weer. Voeg kaneelsuiker by en giet oor kluitjies. Jy kan nog water byvoeg indien nodig.

MOET NIE dink dis makliker om dit sommer in die sousie te los nie. As jy nog nooit in jou lewe rubber geeet het nie, sal jy nou!

Aartappelsuurdeeg

1/2 Koekie yeast (moet koekie yeast wees)
Middelslag aartappel...fyn gerasper...belangrik...mooi fyn.
2 Eetlepels Suiker
1 Eetlepel Sout.

Sit alles in Consol Bottel...(soos vir vrugte inlê)
Maak bottel vol tot by nek met sterk lou water en roer goed
Maak toe met deksel...nie styf nie...en laat staan op warm plekdie aartappels sal boontoe trek na die deksel toe...dan is dit reg. Skud bottel...hou hand voor en gooi af... maar nie als nie...hou sowat 1/4 van

alles terug. Onthou...die eerste keer of twee sal dit nie behoorlik rys nie...dit vorm nog die suurdeeg basis.
Hierdie proses moet herhaal word sowat drie keer...dan is die suurdeeg reg vir gebruik.
Moet nie te warm water gebruik nie...net sterk lou...anders maak dit die suurdeeg dood.

Wie het vir my 'n broodresep (regte egte boerebrood) wat met aartappelsuurdeeg gemaak word? My buite-oond gaan binnekort reg wees dan wil ek begin bak!

Semel piesangbrood.

90 g botter
160 g sagte bruinsuiker
5 ml suurlimoensap
1 eier
250 ml fyngemaakte piesangs
100 ml melk
190 g koekmeelblom
15 g spysverteringsemels
7 ml bakpoeier
5 ml koeksoda
2 ml sout
50 ml rosyntjies
50 ml gekapte neute

Verroom die botter en bruinsuiker. Voeg die suurlimoensap en eier by en meng goed.

Voeg die res van die bestanddele by en roer tot gemeng.

Skep die deeg in 'n mikrogolfvaste bak wat met kombuispapier uitgevoer is. Plaas die pan op 'n omgekeerde piering in die mikrogolf.

Mikrogolf dit 10 minute by 90% krag. Laat staan 10 minute.

Keer die brood uit en verwyder die papier. Laat heeltemal afkoel.

Braaivleisbroodjie

500ml fyn gerasperde wortels
30ml olie
500ml mieliemeel
5ml sout

425ml kookwater
15ml heuning
2ml rooipeper
4 ekstra groot eiers, geskei

Voorverhit die oond tot 180C en voer twee broodpannetjies se bodem met bakpapier uit. Smeer of spuit die pannetjies. Meng wortel, kookwater, olie en heuning. Sif mieliemeel, peper en sout saam en voeg by die wortelmengsel. Klits eiergele en voeg by die mengsel. Klits eierwitte tot stywepuntstadium en vou dit liggies in by die mengsel. Skep mengsel in pannetjies en bak 45-50 minute.

Vetkoekies

375ml ongesif afgemeet koekmeelblom	15ml bakpoeier
10ml suiker	5ml sout
500ml gaar koue rys suikermielies	410g (1 blik) geroomde
125ml melk	1 eier
kookolie vir vlak braai	

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

Resepte - Inhoud



Avokado piesangslaai
Kerrie eiers
Kerrie wortels
Mosterd slaaisous
Mev. H.S. Ball's blatjang
Kweper blatjang
Monkey gland sous
Koring-en-perskeslaai
Warm koringslaai

AVOKADO - PIESANGSLAAI .

2 groot of 3 klein ryp avokado's, gehalveer en pitte verwyder.
3 ryp, ferm piesangs.
30 ml. (2 eetl.) suurlemoensap.
sout en vars gemaalde swartpeper.
5 ml (1 tl.) fyn gekapte rooi brandrissie.
50 g. (1/2 pakkie.) okkerneute, grof gekap.
30 ml. (2eetl.) gekapte koljanderblare.

Skil avokado's en piesangs en sny in blokkies. Plaas in 'n glas of plastiekbak en sprinkel suurlemoensap oor. Geur met sout en peper. Meng brandrissie, okkerneute en koljanderblare en sprinkel oor. Meng deur en sit dadelik voor saam met vars brood en koue - vleise. Genoeg vir 4 - 6 mense.

Kerrie eiers

1 dosyn hard gekookte eiers

KERRIE SOUS:

Braai 2 middelmatige uie in 2 eetlepels vet/olie tot bruin en geurig.

Skep uit en sit eenkant.

Neem 'n kastrol, sit daarin:

3 eetlepels koekmeelblom

1 eetlepel botter

1 teelepel borrie

half teelepel kerrie

knippie sout

Laat dit smelt en meng goed. Roer gedurig. Voeg by 2 koppies water en klits. Laat dit kookpunt bereik en voeg 2-3 eetlepels suiker en half koppie asyn by. Voeg gebraaide uie by, en 'n halwe na 1 koppie gerasperde kaas. Gooi sous oor eiers en laat staan vir 'n half uur.

KERRIEWORTELS

2 kg geelwortels

1 liter wit asyn (4k)

1 kop pitlose rosyne

1 teelepel kruienaaltjies

1 teelepel swartpeperkorrels

3 eetlepels mielieblom

3 eetlepels kerriepoeier

1 kg uie

4 kop suiker

1 eetlepel sout

Skil die geelwortels en sny in dun skyfies. Bedek die skyfies met water en kook dit net tot sag. Skil en halveer die uie, sny dit in dun skyfies. Bedek die uie met kook water en laat dit 15 minute lank staan. Dreineer die geelwortels en die uie. Verhit dit saam met die asyn, suiker, rosyne, sout, kruienaaltjies en swartpeperkorrels tot kookpunt. Maak die mielieblom en Kerriepoeier met 250ml water aan. Voeg dit by die wortelmengsel en laat dit ongeveer 10 minute lank kook. Roer dit af en toe. Skep die warm kerriewortels in flesse en verseel.

Mosterd Slaaisous

1 tl. mosterdpoeier

1/2 tl. sout

1/4 tl. peper

1/2 kop. kondensmelk

1 eiergeel
1/4 kop. slaaiolie.
1/4 kop asyn.

Meng droë bestanddele, en voeg by kondensmelk. Klits eiergeel en voeg by. Voeg eers olie en laastens asyn by en meng goed. Laat staan 'n rukkie en voeg by slaai.

Mrs H.S.Ball's Blatjang Die oorspronklike resep soos opgespoor deur SARI E

Maak 18 bottels (mild)

612 gram droëperskes
238 gram gedroogde appelkose
3 liter bruin druiveasyn
2 1/2 kg wit suiker
500 gram uie
120 gram sout
5 gram cayenne peper

Week vrugte oornag in die druive asyn. Kook dan in asyn tot sag en dreineer. Maal in klein stukkies in 'n meul (of versnipper met 'n kombuismes) Gooi die vrugte, suiker (opgelos in 'n bietjie van die asyn) en uie (gemaal) by en kook in 'n groot pot in die asyn. Die hoeveelheid asyn hang af van die vastigheid, dit moenie te loperig of te dik wees nie, maar so dik soos die eindproduk in die bottel. Voeg cayenne peper en/of brandrissie by en kook vir 2-2 1/2 uur. Roer nou en dan met 'n houtspaansodat dit nie vasbrand nie.

Om blatjang "hot" te maak, voeg 75 gram gemaalde brandrissie by.
Om perskeblatjang te maak, los die appelkose uit en gebruik 850 gram droëperskes

Hier is kommentaar van Debbie, wat die resep gevolg het:

KWEPER BLATJANG

500 g kwepers in baie fyn stukkies gekap
250 g pitlose rosyne
15 ml fyn koljander

500 ml bruin asyn
15 ml fyn gemmer

2 groot uie, gekap
2 knoffelhuisies, fyngedruk
15 ml growwe sout
1 skerp rooi rissie, fyn gekap
375 ml bruin suiker

Meng al die bestanddele in 'n groot kastrol. Kook stadig tot mooi dik en donker van kleur -sowat 2 uur lank. Bottel in gesteriliseerde flesse. Bêre op 'n koel donker plek om ryp te word vir minstens 'n maand.

MONKEY GLAND SOUS

50ml sonneblomolie
1 knoffelhuisie, fyn gekneus
250ml kookwater
25ml bruinasyn
2ml sout
250ml tamatiesous
375ml uie, baie fyn gekap
1 klein rooi soetrissie, in klein blokkies
25ml worcestersous
25ml goue bruinsuiker
knippie rissiepoeier of rooipeper
50ml vrugteblatjang

Verhit die olie en soteer die uie daarin totdat dit deurskynend is. Voeg die knoffel en soetrissie by en roerbraai dit 'n minuut lank. Roer die res van die bestanddele by, bedek dit en laat prut dit 15 minute lank of totdat die sous so dik soos blatjang is. Roer af en toe. Proe en voeg nog geurmiddels na smaak by indien nodig.

Koring-en-perskeslaai

250ml stampkoring, goed gewas 1 groen soetrissie, ontpit en gekap
825g perskeskywe, gedreineer en fyn gesny 1 ui, gekap.

Sous

50ml suiker 50ml asyn

50ml blatjang
100ml sonneblomolie

4ml matige kerriepoeier
10ml sojasous.

Gooi stampkoring by kookwater waarby sout gevoeg is. Laat stadig kook sowat 45minute of tot sag. Gooi water af en laat afkoel. Voeg soetrissie, perskeskywe en uie by koring. Meng al die bestanddele vir die slaaisous goed saam en voeg by koring. Bedek en plaas in die yskas. Die slaai bly sowat 3 tot 4 dae vars in die yskas en is lekker saam met braaivleis.

Warm koringslaai

125g spekvleis
250g knopiesampioene(in skyfies gesny)
25ml olie
125ml hoenderaftreksel

2 uie (grof gekap)
sout en peper
750ml gaar stampkoring
50ml rosyne (opsioneel)

Braai spekvleis in 'n groot pan tot bros. Verwyder uit die pan en kap fyn. Voeg die olie by die vet in die pan en soteer die ui tot goudbruin. Voeg nou die spekvleis stampkoring, hoenderaftreksel en rosyne by. Geur na smaak met sout en peper. Prut tot goed warm en die meeste van die hoenderaftreksel geabsorbeer is. Dien warm op.
Bedien 6 mense.

Resepte - Inhoud



Dik groentesop
Ertjiesop
Kerrie botterpampoen
Lensiesop
Wortel en aartappelsop
Boontjiesop met spekkies
Outydse bonesop
Butternut sop
Kluitjiesoep

Dik Groentesop (1 groot Kastrol)

½ kg 'Lean' Maalvleis
½ kg 'Chuck' - blokkies gesny
¾ Pakkie of Boksie 4 in 1 sopmengsel
1 kop fyn gesnyde seldery
½ kop fyn gesnyde pietersielie
1 groot gerasperde ui
2 groot gerasperde aartappels
1 groot gerasperde tamatie
1 kg gerasperde wortels
1 Blikkie boontjies in tamatiesous 'Bakebeans' (Om te verdik)
1 Pakkie groentesoppoeier aangemaak in 1 kop water (Om te verdik)
sout en peper na smaak.

Metode:

1. Kook 'chuck', maalvleis, sopmengsel, seldery, pietersielie, uie, tamatie en wortels totdat die vleis sag gekook is. Die vleis kan vooraf ook sag gekook word vir 'n rukkie. Hou die kastrol sowat ¾ vol met water soos jy kook. (Sowat 'n uur tot 'n uur en half)
2. Gooi gerasperde aartappel by en kook tot sag saam met die res van

die sop.

3. 'Mash' die 'bakebeans' fyn en gooi by die res van die sop en ook die soppoeier wat aangemaak is met 1 kop water - kook vir nog so 20 min totdat alles deurgekook is. Gooi sout en peper by na smaak.

4. Die sop vries ook baie lekker en dit smaak altyd baie lekkerder as dit gevries was - weet nie hoekom nie.

Ertjiesop

15 ml. sonneblomolie

1 ui (geskil, gekap)

125 g. spekvleis (gekap)

1 knoffelhuisie (gekneus)

2 ml. vars neutmuskaat (gerasper)

250 g. split-ertjies

1,5 Liter groente-aftreksel

sout en peper

2,5 ml. suiker

150 ml. room

vars pietersielie vir garnering (gekap)

Verhit olie en soteer ui daarin tot sag en deurskynend. Voeg spekvleis by en braai tot dit begin bros word. Voeg knoffel by en roerbraai vir sowat 1 minuut. Roer neutmuskaat, ertjies en aftreksel by. Bedek en laat prut vir 1 uur of tot ertjies sag is. Geur na smaak, roer suiker en room by en verhit tot deurwarm. Garneer met pietersielie.

Indien verkies kan 250 g. jambon-ham, in blokkies gesny, saam met ertjies bygevoeg word.

Split-ertjies is geel of groen en het 'n soeterige smaak. Kook saam met uie en wortels en geur met 'n lourieblaar en grof gemaalde sout en peper - 1 1/2 uur vir geweekte en 2-2 1/2 uur vir ongeweekte ertjies. Split-ertemoes is heerlik saam met peperwortel - roomsous en garnale.

KERRIE BOTTERPAMPOENSOP

1 kg botterpampoen, geskil en in blokkies gesny

1 liter hoenderaftreksel

30g botter

1 fyngekapte groot ui

2 koppies opgesnyde knopiesampioene

1 eetlepel matige tot medium kerriepoeier

20ml koekmeelblom

2 teelepels sagte bruinsuiker

Knippie borrie

1 maat brandewyn
150g natuurlike joghurt

Stowe botterpampoen in hoenderaftreksel tot gaar. Smelt botter in 'n pan en braai die ui & sampioen daarin to sag. Voeg meel & kerriepoeier by die ui-mengsel & roer oor lae hitte vir ongeveer 4 minute. Voeg die ui-mengsel by die botterpampoen & bring sagkens tot kook. Purée as jy 'n gladde sop wil hê. Voeg sout, swartpeper & bruinsuiker by. Roer die joghurt en brandwyn by, maar moenie laat kook nie. Bedien warm. (Genoeg vir 4 - 6)

Lensiesop

1 pakkie bruin lensies
2 pk sopgroente (wat mens in die groentewinkels kry)
1-2 pk sobbene (maw 2-4 sobbene na gelang van wat jou beursie sê)
2-4 aartappels (die soort wat maklik blus, waarvan mens kapokaartappels maak)
geurmiddels

Gooi die vleis en sobbene in 'n 5 liter kastrol wat driekwart met water gevul is. Plaas op die stoof en laat solank vinnig kook terwyl die groente gekerf word. Ek rasper sommer alles wat gerasper kan word op die growwe kant van die rasper. Die res kerf ek fyn - met die hand of voedselverwerker.

Moenie te veel rape ingooi nie. Ek vind dit maak die sop effens bitter. Sodra die groente klaar gekerf is, gooi ek dit by die res in die pot en laat stadig kook. Soms hou ek die aartappels uit tot so 20 minute voor ek dit opskep om te keer dat die aartappels heeltemal fyn kook. Vul maar nou en dan aan met water indien nodig. Gooi sout, peper, Aromat, Worcestersous, tamatiesous of -pasta na smaak by. 'n Tritseltjie blatjang is ook nie onvanpas nie - pasop vir te veel anders gee dit die sop 'n soeterige geurtjie.

Wortel en aartappelsop

2 koppies rou aartappels (blokkies)
2 gekookte wortels (in blokkies gesny)
1 ui
2 koppies kookwater
4 eetlepels botter
1 teelepel suiker

2 koppies melk
1 eetlepel meelblom
1 teelepel sout
peper na smaak

Maal die ui en braai in helfte van botter totdat dit 'n ligte goudkleur het. Voeg aartappels en kookwater by en kook vir 15 minute of totdat die aartappels sag is.

Meng meelblom met res van botter. Voeg die wortels, melk en meelblom by en kook vir 5 minute totdat dit dik is.

Bedien met gekapte pietersielie.

Boontjiesop met spekblokkies

500g pakkie droë suikerbone, oornag geweek in koue water
250g gerookte spek, in blokkies gesny,
1 varkpootjie
2.5 liter water
1 groot ui gekap
1 wortel, grof gerasper
65g (1blikkie) tamatiepasta
2 lourierblare
6 wonderpeperkorrels
3 kruienaeltjies
'n paar gekapte takkies pietersielie
10ml bruinasyn
sout en varsgemaalde swartpeper
2 knoffelhuisies skoongemaak
olyfolie

Spoel bone af onder koue water en dreineer. Dompel varkpootjie vinnig in kookwater en was goed af. Skep spek in 'n groot kastrol en braai oor lae hitte tot bros. Skep uit. Braai vark pootjie in dieselfde kastrol tot bruin alkante. Skep bone by varkpootjie in kastrol en voeg water by. Verhit tot kookpunt, en skep skuim af met gaatjieslepel. Voeg res van bestanddele tot em met bruinasyn by, verhit tot kookpunt, verlaag hitte en laat stadig prut met deksel op kastrol vir sowat 2½-3ure of tot bone sag is. Geur na smaak met sout en swartpeper. Verwyder varkpootjie en druk sommige van die bone fyn met 'n aartappeldrukker. Proe en geur na smaak indien nodig.

Outydse Bonesoep:

Bestanddele:

2 pond Beesvleis 1 Blaartjie Foelie
¼ pond Varkspek 1 Bossie Suring
1 pond Witbone Omtrent 3 kwarte koue water
1 Ui Sout en peper na smaak
1 Bossie Pietersielie

Metode:

Bone word oornag in koue water geweek. Sny vleis in mooi stukkie, maar nie die spek nie. Sny ui in ringe en smoor in botter. Kap suring en pietersielie fyn. Kook nou al die bestanddele goed tesame omtrent 3 - 4 uur. Roer af en toe. Indien nodig voeg meer water by

Butternut Sop

700 g butternut
1 ui, gekap
2 of 3 aartappels, in blokkies
1,25 liter hoenderaftreksel
10 ml gedroogde tarragon (of dragon op afrikaans) opsioneel
sout en peper na smaak
125 ml room of melk

Braai die ui en voeg die aartappel, butternut en tarragon by. Braai vir 'n klein rukkie. Voeg dan die hoenderaftreksel by en kook tot die groente sag is. Versap of druk fyn en geur na smaak. Voeg die room of melk by net voor opdiening.

Kluitjiesoep

Bestanddele:

2 pond Beesvleis
4 - 6 pinte koue Water
2 blaartjies Foelie
6 Naeltjies
1 bossie Suring

Omtrent ½ - ¾ pond Meelblom vir die maak van die kluitjies, asook 1 eetlepel sagte vet en 'n weinig droë tiemie. Sout na smaak

Metode:

Sny die vleis in stukkie, sit op in die koue water, voeg nou al die ander

bestanddele by, behalwe die kluitjies, laat goed kook omtrent 3 – 4 uur lank. 'n Gesmoorde ui kan ook bygevoeg word.

Meng nou die meelblom met die tiemie en sout na smaak, maak 'n holte in die middel en gooi die vet daarin. Skep nou van die kokende vloeistof uit die soeppot en maak die kluitjies daarmee aan. Kluitjies moet 'n "slap deeg" wees. So vinnig as moontlik moet nou gewerk word. Vorm kluitjies met twee teelepeltjies en gooi dadelik in die soep. Maak teelepeltjies af en toe nat in die kokende soep. Sodra kluitjies opkom, is hulle gaar en moet soep dadelik opgedis en bedien word.

Resepte - Inhoud



Groentebredie op poetoepap
Gabakte blomkool
Kerrieboontjies
Lemoenpatats
Molshope
Soetpatat en appelgereg
Aartappel vulkaan
Oumoetie se uiepastei
Pampoenkoekies in stroop
Patatballetjies in gemmerstroop
Suikermieliepastei met kaas

Wat van so ietsie anders by die poetoepap?

Groentebredie op poetoepap

30 ml olie
1 geskilde ui
5 ml borrie
10 ml fyn komyn
5 ml paprika
1 fyngedrukte knoffelhuisie
15 ml fyngedrukte gemmer
15 ml tamatiepasta
500 g gemengde groente
350 ml groente aftreksel
500 ml gekookte poetoepap

Verhit die olie in 'n groot pan en braai die ui oor medium hitte totdat dit goudkleurig is. Voeg die kruie, gemmer, knoffel en tamatiepasta by en kook vir een minuut. Voeg die groente by en strooi die speserye oor.

Voeg aftreksel by en bring tot kookpunt. Verminder die hitte, sit die deksel halfpad op en laat prut tot sag. Bedien warm op poetoepap.

GEBAKTE BLOMKOOL

500 tot 600 g. blomkool of broccoli, gewas.

4 tot 5 snye witbrood.

100 tot 200 ml. preie, fyn gesny.

2 eiers.

500 ml. kookmelk.

2 ml. sout.

knippie peper.

5 ml. fyn neutmuskaat.

100 g. Cheddar-kaas, gerasper.

klontjies botter.

Sny blomkool of broccoli in stukke en kook in soutwater tot sag. Dreineer baie goed. Verwyder broodkorsies en krummel snye grof. Smeer diep bak en skep beurtelings krummels, preie en blomkool of broccoli daarin. Klits eiers, melk, sout, peper en neutmuskaat saam tot skuimerig en giet bo-oor groente. Strooi kaas oor en stip met botter. Laat minstens een uur lank staan. Bak omtrent 50 minute lank teen 180 Grade C. Lewer 4 tot 6 porsies.

Kerrieboontjies

1 kg groenboontjies

500g gekerfde uie

500 ml water

10 ml sout

375 ml asyn

15 ml meelblom

10 ml kerriepoeier

250 ml suiker

Kook die eerste vier bestandele 10 minute lank saam. Meng die res van die bestandele en voeg dit by. Laat dit kook tot die boontjies so sag is soos verlang. Gebruik dit warm of koud of bottel dit vir later gebruik.

LEMOENPATATS

1,5 tot 2 kg. patats.
50 ml. mielieblom.
500 ml. lemoensap.
125 ml. bruin suiker.
2 ml. sout.
2 ml. gerasperde lemoenskil.
125 ml. pitlose rosyne.

Kook patats in soutwater tot sag. Verwyder skille en sny in skywe. Pak in bakskottel van 30 x 30 x 5 cm. Meng mielieblom met bietjie van lemoensap tot gladde pasta, voeg res van sap by en meng res van bestanddele by. Verhit oor matige hitte tot sous verdik, gooi oor patatskywe en bak 30 minute lank by 160 Grade C. Lewer 6 tot 8 porsies.

MOLSHOPE

3-4 groot aartappels
250ml room
sout na smaak
2-3ml bakpoeier
groterige klont margarien
125ml gerasperde kaas

Voorverhit die oond tot 180C. Skil en kook die aartappels gewoonweg tot sag. Dreineer en druk fyn. Voeg die margarien, bakpoeier, sout en 'n bietjie van die room by en klits dit met 'n vurk tot lig. Smeer 'n oondvaste bak en skep lepelsvol van die aartappel daarin. Gooi die res van die room oor. Strooi die kaas bo-oor. Bak dit 20-25 minute lank in voorverhitte oond by 180C.

Soetpatat -en- Appelfereg

1.5 kg patats (geskil,skyfies gesny)
1 kg appels (geskil, blokkies gesny)
8 naeltjies
300 ml kookwater
250 ml vars lemoensap
200 g geelsuiker (250 ml)

7 ml gemmer

Plaas patatskyfies onder in kastrol. Plaas appelskyfies bo oor. Voeg naeltjies by. Bedek en stoom gaar, ongeveer 15 minute. Verwyder naeltjies, giet oortollige water af. Meng patat en appelskyfies deurmekaar. Plaas in 'n gesmeerde vuurvaste bak. Plaas lemoensap, suiker en gemmer in kastrol. Los suiker op, verhit tot kookpunt. Giet bo-oor patat en appels. Bak 30 minute lank in voorverhitte oond teen 180 grade C. Dien op saam met gebraaide varkboud of tong.

Aartappel vulkaan

750g aartappels, geskil
30ml margarien
50ml koekmeelblom
500ml melk
2 eiers geskei
500ml gerasperde Cheddar-kaas
5ml sout
1ml mosterdpoeier
knypie peper
gerasperde kaas & broodkrummels gemeng

Kook aartappels tot gaar en maak kapokaartappels. Smeer dit op die boom en teen die kante van 'n gesmeerde bakskottel. Stel oond op 200° C. Maak witsous van botter, meel en melk. Klits eiergele en roer by witsous. Haal van stoof af en roer kaas, sout, mosterdpoeier en peper by. Klits eierwitte tot styf en vou liggies in witsousmengsel in. Gooi bo-op aartappels in bakskottel. Strooi kaaskrummels bo-oor en bak 25-30 minute. Dien dadelik op.

Oumoetie se Uiepastei

12.5 ml botter
125 ml water
10 middelslag uie (in skywe gesny)
100 ml room
10 ml gedroogte pietersielie
25 ml bruismeel

Plaas botter, water en uie in 'n groot braaipan met 'n deksel en kook 10

minute lank. Voeg oorblywende bestanddele by en skep in 'n gesmeerde, vuurvaste skottel. Bak 30 minute by 180°C

Pampoenkoekies in stroop

KOEKIES:

500ml gaar boerpampoen

10ml bakpoeier

1 eier, geklits

250ml gesifte koekmeelblom

2ml sout

kookolie

STROOP:

15ml botter 375ml suiker

200ml melk 15ml mielieblom

175ml koue water

Maak pampoen goed fyn. Voeg meel, bakpoeier, sout en eier by en klop tot gemeng. Skep teelepelsvol in warm kookolie, druk effens plat en bak aan weerskante tot goudbruin en gaar. Dreineer op kombuispapier en skep in opdienskottel. Verhit botter, suiker en melk tot kookpunt. Los mielieblom in water op en roer in 'n straaltjie by melkmengsel. Verhit tot kookpunt en gooi oor koekies. Dien warm op. Lewer 3 dosyn koekies.

Patatballetjies in gemmerstroop

500g patats, geskil en in stukke gesny

60ml sagte bruinsuiker

50g gemmerstukke, in stroop ingemaak
olie vir diepvat braai

30ml heuning

125ml gemengde sitruskil, opgekap

175ml semolina

30ml heuning

sesamsaad om in te rol

50ml gemmerstroop

Kook die patats sag, dreineer goed en druk fyn. Voeg die semolina en bruinsuiker geleidelik by en meng goed. Kap die gemmerstukke fyn. Voeg die gemmerstukke en sitruskil by die patatmengsel. Skep teelepelsvol in sesamsaad en rol tot heeltemal bedek met die saad. Braai 'n paar op 'n slag in verhitte olie tot ligbruin buite om en gaar van binne. Dreineer op handdoekpapier. Meng die gemmerstroop en heuning en verhit effens. Dien die bolletjies warm op saam met die stroop. Geklopte room smaak ook lekker hierby.

Suikermieliepastei met kaas

250ml warm melk

50ml botter

peper

knippie rooipeper

100g cheddarkaas, gerasper

60g sagtebroodkrummels

sout

5ml mosterdpoelier

1 blik geroomde suikermielies

3 ekstra groot eiers, geskei

Voorverhit die oond tot 180C. Smit 'n 24cm oondbak met kleefwerende middel. Giet die warm melk oor die broodkrummels. Voeg die botter by en geur met sout, peper, mosterdpoelier en rooipeper. Voeg die suikermielies en kaas by en meng. Voeg ook die eiergele by. Klits die eierwitte tot dit sagte punte vorm en vou by die mengsel in. Giet in die voorbereide oondbak, plaas in 'n groter oondvaste bak wat halfvol gevul is met kookwater en bak 40-60 minute lank of tot die mengsel gestol en effens bruin is van bo. Dien dadelik op saam met slaai.

Resepte - Inhoud



Ek is al lankal op soek na van die resepte wat die Voortrekkers gebruik het. Elzeth het toe 'n ou resepteboekie wat deur Shell in 1949 uitgegee is getiteld: Voortrekker-Resepte, Tradisionele Suid Afrikaanse Geregte, (Uitgereik met die komplimente van die Shell-Maatskappy Des 1949).
Dankie, Elzeth!

Swartsuur Soep Nr 1

Bestanddele:

3 pond Skaapribbetjie	6 Naeltjies
1 Wit Ui	12 Peperkorrels (fyn gekneus)
2 Onse Tamaryn	1 Eetlepel Bruinsuiker
Eende of hoenderbloed	Sout na smaak

Metode:

Kap ribbetjie in netjiese stukkies en stowe stadig in omtrent 3-4 koppies koue water. Na 'n uur of wat word 1 koppie van die sous uitgeskep en meelblom word in die kokende sous ingeroer totdat dit 'n stywe deeg vorm. Laat afkoel. Klits nou 2 eiers op en roer by die deeg in. Vorm nou balletjies met twee teelepels so groot soos albasters. Tamaryn word in twee groot koppies kokende water geweek. Sny die ui fyn en smoor in 'n bietjie botter. Sodra die koppie sous uitgeskep is, word die water van die tamaryn afgegooi en by die soep op die stoof gevoeg, ook die eende of hoenderbloed. Voeg nou al die bestanddele ook by, indien nodig voeg nog water by. Laat die soep goed deurkook. Sout word na eie smaak bygevoeg. Kluitjies word net 'n half-uur voor die soep opgedis

word, en moet baie vinnig opkook.

Let Wel :- Asyn kan na eie smaak in die plek van tamaryn gebruik word.

Swartsuur Soep Nr2

In plaas van skaapribbetjies word nou hoendervlerkies,-boudjies,-beentjies,en bloed gebruik. Vir die res is die resep net dieselfde as in Swartsuursoep Nr 1, behalwe dat korente by die kluitjies gevoeg word.

Kluitjiesoep

Bestanddele:

2 pond Beesvleis van die	Omtrent ½ - ¾ pond Meelblom vir die maak
4 - 6 pinte koue Water	kluitjies, asook 1 eetlepel sagte vet en 'n
weinig droë	tiemie.
2 blaartjies Foelie	Sout na smaak
6 Naeltjies	
1 bossie Suring	

Metode:

Sny die vleis in stukkies, sit op in die koue water, voeg nou al die ander bestanddele by, behalwe die kluitjies, laat goed kook omtrent 3 - 4 uur lank. 'n Gesmoorde ui kan ook bygevoeg word.

Meng nou die meelblom met die tiemie en sout na smaak, maak 'n holte in die middel en gooi die vet daarin. Skep nou van die kokende vloeistof uit die soeppot en maak die kluitjies daarmee aan. Kluitjies moet 'n "slap deeg" wees. So vinnig as moontlik moet nou gewerk word. Vorm kluitjies met twee teelepeltjies en gooi dadelik in die soep. Maak teelepeltjies af en toe nat in die kokende soep. Sodra kluitjies opkom, is hulle gaar en moet soep dadelik opgedis en bedien word.

Let wel - Die oumense het gewoonlik die vleis in die soep bedien.

Ingelegde Vis

Bestanddele:

6 - 8 pond vars geelbek of enige ander geskikte soort vis	1 baie klein Rissie, fyn gekap
6 groot wit Uie	12 Naeltjies
2 onse Kerrie	2 eetlepels goeie Blatjang
	Sout

1 teelepel Borrie
2 eetlepels Suiker

2 - 3 pinte goeie Asyn

Metode:

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

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

Smoorvis

Gesoute snoek word hiervoor gebruik. Sny vis in mote en laat lê in koue water om uit te vars. Haal uit die water sodra vis genoeg uitgevars het, kook nou sag en verwyder al die grate. Sny 1 - 2 uie in ringe en smoor in botter, voeg nou die vis daarby asook 2 - 3 gaar aartappels in skywe gesny en 'n goeie klont botter. Bedien saam met rys.

Let wel - Hoeveelheid van uie en aartappels hang af van die hoeveelheid vis wat gebruik word.

Andoeltjie

Neem die pens van 'n vark, keer dit om en lê in soutwater; dit help om die slymerigheid maklik te verwyder. Maak die pens baie goed skoon en laat lê in skoon water totdat dit nodig is. Gebruik nou sowel al die afvalstukkies bees - en varkveis as die stukkies spek en speksooltjies. Sny in dobbelsteentjies en meng met die volgende: Fyn koljander, wonderpeper, naeltjies, peper en 'n weinig geelsuiker asook 'n weining salpeter. Stop die mengsel nou in die pens, naai mooi toe, maar behou die fatsoen. Lê in pekelbalie 1 - 2 dae lank (hang af van grootte van pens). Haal uit en pers tussen twee planke met gewig op. Hang op in die skoorsteen om goed te laat berook. Kook soos southame.

Let Wel - Hierdie gereg het die oumense altyd in die winter maande gemaak, wanneer hulle gewoonlik bees en vark geslag het, soos die gewoonte in daardie dae was. Skaapveis kan ook bygevoeg word. Onghou salpeter moet so min wees dat dit nie die vleis rooi maak nie! Nadat "Andoeltjie" onder die pers uitgehaal is, moet dit eers opgehang word om winddroog te word voor dit berook word.

Gebraaide Soutribbetjie

Slag bene mooi uit aan die binnrekant. Sny nou dwars en kruid strepe op die vet aan die buitekant. Meng nou sout, peper, 'n weinig salpeter, fyn koljander, wonderpeper, naeltjies en foelie. Sprinkel ribbetjie nou goed met die mengsel, rol en bind vas, laat nou 1 - 2 dae lê. Die ribbetjie word nou in koue water opgesit om sag te kook. Haal die pot van die stoof af en haal die ribbetjie uit, maak los en lê plat uit op 'n plank om koud te word. Braai nou o die rooster oor gleoiende kole en bedien warm. Die ribbetjie kan ook eers 'n paar dae lank in die skoorsteen gehang word om dit te berook voor dit gebraai word.

Bobotie

Bestanddele:

2 pond gemaalde Vleis	Suurlemoensap of Asyn na smaak
12 gestampte Amandels	1 teelepel Suiker
2 Uie, fyn gekap	1 eier
2 eetlepels Botter	6 Lemoenblare
1 sny Witbrood	Melk om die Brood in te week
2 eetlepels Kerrie	

Metode:

Week die brood in die melk totdat dit sag is en maak dan fyn met 'n vurk. Smoor die uie in die botter. Klits die eier op en meng nou al die bestanddele saam met die vleis. Smeer 'n bakkie, gooi die vleismengsel daarin, steek nou die lemoenblare oral bo-op die mengsel in. Bak totdat dit byna gaar is, en gooi dan die volgende vla-mengsel oor: Klits 3 eiers goed, voeg 1 ½ koppie melk by, sout en peper na smaak. Gooi dit nou oor die bobotie en steek terug in die oond.

Ouderwetse Lampastei

Bestanddele:

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

Metode:

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

Let Wel - 1. Lamsvleis en hoender kan saam gebruik word.
2. Hoender kan ook alleen vir die pastei gebruik word.

Hutspot

Bestanddele:

4 pond Skaapblad	1 klein Koolkop
1 wit Ui	1 koppie Groenertjies (gemeet na dit uitgedop is)
4 Aartappels	Sout en Peper na smaak
4 Geelwortels	

Metode:

Kap die vleis in netjiese stukkies, sny die uie, aartappels en wortels in ringe. Sny die kool stukkend. Maak 'n bietjie vet warm in 'n kastrol en smoor die uie en vleis daarin. Sit nou die groente in lae oor die vleis, voeg sout en peper na smaak by, voeg ook bietjie kookwater of ekstrak by en stowe 2 – 3 uur.

Kotelet - Boud

Bestanddele:

1 Skaapbout	1 eetlepel fyngekapte Pietersielie
'n Paar snye Witbrood	2 blaartjies Foelie goed fyngemaak
Melk om brood in te week	Bietjie fyn Neut, en Naeltjies
1 glasie goeie Wyn	Sout en Peper na smaak

Metode:

Week die brood in die melk, haal uit en maak goed fyn, voeg nou al die bestanddele daarby, behalwe die wyn. Neem nou die boud en sny diep snye tot op die been, maar moet nie die snye uitsny nie. Stop nou die aangemaakte vulsel tussen die snye in en naai die snye aanmekaar. Vrywe

boud nou goed oor met sout en peper, gooi nou 'n glas wyn oor, laat wyn goed intrek in die vleis. Maak boud nou in 'n bakpot op die stoof of in 'n bakpan in die oond gaar. Bedien 'n dik vleissous by.

Lewer in Netvet

Bestanddele:

1 Skaaplewer	'n Bietjie Fyngekapte Ui
1 Sny Witbrood in melk geweek smaak	Kruie, asyn, Sout en peper na smaak
1 Eier	Omtrent ½ - ¾ lb Netvet

Metode:

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

Beesvleis Boerwors

Bestanddele:

8 pond Beesvleis	Omtrent 3 Eetlepelf fyn koljander
2 ½ - 3 pond Beesvet	1 Eetlepel gemaalde pimente (all spice)
Sout en peper na smaak	1 teelepel fyn naeltjies

Metode:

Maal die vleis en kap die vet in dobbelsteentjies, meng nou al die bestanddele goed tesame. Heg die worsstopper agteraan die vleismeuel, trek die derm daaroor en stop. Moenie te styf stop nie.

Let wel: - 1. As die derms te droog is, laat hulle 'n ruk in die water lê
2. Die ou mense het nooit vet vir wors gemaal nie, maar altyd in dobbelsteentjies gekap.

Bloedwors

Bestanddele:

4 pond gekookte Varkvleis	3 teelepels Tiemie
1 pond gekookte varkspek	Sout en peper na smaak

2 teelepels fyn naeltjies
4 teelepels marjolein (Marjoram)

2 - 3 pinte varkbloed

Metode:

Sny vleis en spek in dobbelsteentjies, voeg al die ander bestanddele by en meng goed. Voeg genoeg sout by, mengsel moet nie vars wees nie. Stop derms met die mengsel op dieselfde manier as vir Boerwors. Kook nou die wors omtrent 'n ¼ uur, prik met 'n naald om te sien of die bloed gaar is. Haal uit en lê plat neer op 'n plank om goed koud te word. Die wors word nou in die skoorsteen opgehang om dit te laat berook

Pampoenmoes

Bestanddele:

Vroeë pampoen , brood, botter, stukkies Pypkaneel, suiker, sout na smaak

Metode:

Sny pampoen en brood in blokkies. Sit nou 'n laag pampoen, brood en stukkies botter in, strooi nou suiker oor en voeg dan stukkies pypkaneel by. Hou so aan todat al die bestanddele in die kastrol is. Voeg nou 'n bietjie kookwater by en stowe eenkant op stoof. Net voor pampoenmoes opgedis word, laat dit dan effens aandraan bruinbraai. Roer deur en dis op.

Geelrys

Bestanddele:

1 koppie Rys	1 teelepel Borrie
3 koppies Kookwater	1 eetlepel Botter
1 eetlepel Sout	½ koppie Rosyne(pitloos)
1 eetlepel Suiker	

Metode:

Voeg al die bestanddele by die kookwater, laat goed deur kook. Laat nou stadig eenkant op die stoof klaar kook. As rys te droog kook, voeg dan 'n bietjie melk by. Moenie in die ryspot roer nie. Dis op sodra rys heeltemal sag en goed uitgeswel is. Strooi bietjie suiker en pypkaneel oor.

Gebakte Aartappel-vla

Bestanddele:

¼ ponde Meelblom	2 onse Botter
2 pinte Melk	3 Eiers
2 onse Suiker	¼ pond gaar, fyngemaakte Aartappels
Geur na smaak	

Metode:

Klits die fyngemaakte aartappels, botter en suiker goed tesame, klits die eiers goed op en voeg by die mengsel. Voeg nou die meelblom en melk beurtelings by en klits al die tyd. Geur na eie smaak en bak in matige oond. Die aartappel-vla moet bedien word sodra dit gaar is.

Gebakte tapioka-poeding

Bestanddele:

¼ pond Tapioka	4 Eiers
2 onse Suiker	2 onse Botter
Omtrent 2 ½ pint Melk	'n Weinig fyn droë nartjieskil vir Geur

Metode:

Week tapioka oornag in water. Kook volgende dag stadig in die melk totdat tapioka heeltemal sag is. Voeg die suiker, botter en fyn nartjieskil by. Gooi in 'n gesmeerde oondvaste bakkie en steek in oond om te bak.

Gekookte Sago poeding

Bestanddele:

4 eetlepels Sago	1 koppie Melk
1 eetlepel Marmelade	1 koppie Suiker
2 eetlepels vet of botter	1 ½ teelepel Koeksoda
½ koppie Korente	1 koppie vars witbroodkrummels

Metode:

Week sago in die melk die aand vantevore. Klits botter en suiker tesame. Los koeksoda in 'n bietjie van die melk op. Meng nou al die bestanddele tesame en gooi mengsel in gesmeerde oondvaste bakkie, sit gesmeerde waspapier bo oor sodat daar nie water kan inkook nie, papier word natuurlik vasgebind. Kook op die gewone manier in kastrol.

Rys-souskluitjies

Bestanddele:

3 koppies Meelblom

1 ½ koppies gekookte Rys

¼ koppie Botter

5 Eiers

2 teelepels Bakpoeier

Sout na smaak

½ koppie Melk vir aanmaak

Metode:

Smelts botter, klits eiers op, meng al die bestanddele tesame, indien nodig kan minder melk vir aanmaak gebruik word, mengsel moet nie te slap wees nie. Water moet kokend wees en kluitjies moet 10 minute vinnig kook. Kluitjies word met 'n desertlepel in kokende water gesit. Bedien dadelik nadat dit klaar is met kaneel en suiker oorgestrooi

Melktert

Hiervoor word gewoonlik skilferkors gebruik.

Skilferkors:

Bestanddele:

1 pond Meelblom

1 pond Botter

2 eetlepels Suurlemoensap

½ pint vloeistof bestaande uit – 1 geel van eier en Water

Metode:

Sif die meelblom, voeg sout by. Druk al die water uit die botter en deel in drie. Neem nou 'n klein stukkie van een deel af en vrywe dit in die meelblom, maak nou aan met die ½ pint vloeistof en knie deeg baie goed. Die deeg moet geknie word totdat dit soos 'n stuk rek is. Strooi nou meelblom op 'n plank en rol die deeg baie dun uit. Neem nou een deel botter en sit dit in klein stukkies op die deeg, strooi effens meelblom oor en vou deeg toe en drie. Laat lê deeg nou 'n rukkie. Neem nou die tweede deel botter en herhaal die proses en dan weer die derde deel botter ook op dieselfde manier. Rol nou die deeg uit en voer die nodige tertborde daarmee uit en gooi die volgende vulsel daarin:

Melttert vulsel:

Bestanddele:

6 koppies Melk

6 Eiers

2 koppies meelblom

2 onse Botter

1 ½ koppie Suiker

Sout na smaak

Metode:

Maak die meelblom aan met 'n deel van die melk, sit die ander melk op die stoof om te kook, roer die aangemaakte meelblom in en kook goed deur, voeg die suiker en botter by. Klits eiers goed op, maar hou die wit

van drie uit. Haal nou die vulsel van die stoof af en roer die eiers ook by, kook weer goed deur. Klits nou die wit van drie eiers styf en vou in die mengsel in, gooi dadelik in die uitgevoerde tertborde. Bak in 'n baie warm oond. Pypkaneel en suiker word oorgestrooi sodra melktert koud is. Dit word ook net so bedien.

Let wel: Die vulsel moet altyd kokend warm in die uitgevoerde tertborde gegooi word. Brandewyn kan in plaas van suurlemoensap vir die vloeistof gebruik word.

Karringmelktert

Gebruik skilferkors soos vir melktert, voer borde daarmee uit op dieselfde manier, gooi die volgende vulsel in en bak.

Karringmelktert vulsel:

Bestanddele:

2 koppies Karringmelk	'n Knypie Sout
1 koppie Suiker	Geur na smaak
4 gelyke eetlepels Meelblom	2 eetlepels Botter
Geel van 3 Eiers	

Metode:

Klits die geel van 3 eiers en een wit goed tesame, maak vulsel op gewone manier klaar. Klits nou wit van een eier goed styf en vou in die vulsel in. Gooi dadelik in die uitgevoerde tertbord(e) en bak dadelik.

Let wel:

1. Skilferkors-tertdeeg word ook vir handtertjies gebruik
 2. Al die bestanddele moet so koud moontlik gehou word en onthou 'n baie warm oond is noodsaaklik.
-

Koekisters

Bestanddele:

4 koppies Meelblom	4 afgeskraapte teelepels
Bakpoeier	
½ koppie Botter of Room	Sout na smaak
2 tot 3 Eiers	

Metode:

Meng al die droeë bestanddele en vrywe die botter goed deur, klits eiers op, voeg melk by en maak aan. Deeg moet net styf genoeg wees om uit te rol. Dit word omtrent 'n ½ duim dik uitgerol en in stroke van 2

duim lank gesny. Vleg stroke om mooi fatsoentjies te kry, bak in die vet.

Stroop:

4 koppies Suiker 2 ½ koppies Water

Metode:

Kook water en suiker saam totdat dit 'n mooi dik stroop vorm

Let wel:

1. Na die koeksisters in die vet gebak is, word hulle dadelik in die stroop gegooi. Moenie in die stroop laat lê nie, dit maak die koeksisters te pap
 2. Vet vir die bak van koeksisters moet rokend warm wees.
-

Roosterkoek

Bestanddele:

1 pond Meelblom

2-3 onse Botter

1 teelepel Koeksoda

1 teelepel Sout

Karringmelk om mee aan te maak

1 teelepel Kremetart

Metode:

Meng meelblom, kremetart en sout, vrywe botter deur. Los koeksoda op, voeg by en maak aan met karringmelk. Rol deeg omtrent ½ duim dik uit en sny koeke omtrent 2 ½ by 4 duim. Strooi meelblom op rooster, sit op die kole en braai koeke stadig daaroor. Braai alkante

Let wel:

1. Deeg moet nie te slap wees nie
 2. Koeke kan groter of kleiner na eie smaak gemaak word
-

Vetkoek

Bestanddele:

4 koppies Meelblom

1/3 koppie Botter

4 Gelyke eetlepels Suiker

2 Eiers Dikmelk om mee aan te maak

1 gelyke teelepel koeksoda

Sout na smaak

'n Raspertjie Neut

Metode:

Meng al die droë bestanddele en vrywe botter goed deur. Klits eiers op, los koeksoda op, voeg dikmelk by en maak aan. Knie deur, rol uit, sny en bak in diep vet.

Outydse 'Soetkoekies'

Bestanddele:

12 pond Meelblom

6 pond Suiker

2 pond Botter

1 pond Sagtevet

2 eetlepels fyn Pypkaneel

1 eetlepel fyn Naeltjies

1 eetlepel Koeksoda

1 eetlepel Vlugsout

Metode:

Meng meelblom en speserye, vrywe botter en vet deur. Los koeksoda op in melk of water, voeg by ook vlugsout. Maak tot 'n stywe deeg aan en knie goed. Rol uit, druk koekies af en bak.

Let wel: Melk of water kan vir die aanmaak van koekies gebruik word.

Tuisblad - Resepte

Volume in ml

	5ml	15ml	30ml	50ml	100ml	250ml
A						
Amandels (Gepel)	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Appelkooskonfyfyt	7 g	20 g	40 g	66 g	132 g	330 g
Appelkose (Droog)	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Appelringe (Droog)	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
B						
Bakpoeier	4 g	12 g	24 g	40 g	80 g	200 g
Botter	5 g	14 g	28 g	46 g	92 g	230 g
Broodkrummels: Droog	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Broodkrummels: Vars	1 g	4 g	7 g	12 g	24 g	60 g
C						
D						
E						
F						
Dadels	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
G						
Gelatien	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Gis: Droog	4 g	11 g	22 g	36 g	72 g	180 g
Gis: Koekie	4 g	13 g	25 g	42 g	84 g	210 g
Grondboontjies (Uitgedop)	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
H						
Hawermout	2 g	5 g	11 g	18 g	36 g	90 g
I						
J						
K						
Kaas: Cheddar, Soetmelk	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Kaas: Gruyère en Roquefort	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Kaas: Maas- en Roomkaas	5 g	15 g	30 g	50 g	100 g	250 g
Kakaopoeier	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Kaneel	2 g	5 g	11 g	18 g	36 g	90 g
Kerriepoeier	3 g	8 g	16 g	26 g	52 g	130 g
Kersies (Heel)	3 g	10 g	19 g	32 g	64 g	160 g
Klapper	2 g	5 g	10 g	16 g	32 g	80 g
Koekiekrummels	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Koeksoda	4 g	12 g	24 g	40 g	80 g	200 g
Koffie	1 g	4 g	8 g	14 g	28 g	70 g
Korente	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Kremetart	3 g	10 g	19 g	32 g	64 g	160 g
M						
Macaroni	2 g	7 g	13 g	22 g	44 g	110 g
Maltabella	3 g	8 g	17 g	28 g	56 g	140 g
Margarien	5 g	14 g	28 g	46 g	92 g	230 g
Meel: Bruismeel	3 g	8 g	17 g	28 g	56 g	140 g
Meel: Koek- en Broodmeel	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Melkpoeier: Fyn	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g

Melkpoeier: Korrels	2 g	5 g	10 g	16 g	32 g	80 g
Mielieblom	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Mieliemeel	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Mielierys	3 g	10 g	20 g	34 g	68 g	170 g
N						
	5ml	15ml	30ml	50ml	100ml	250ml
O						
Okkerneute (Gepel)	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
P						
Pekaneute (Gepel)	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Perskes (Droog)	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Pruime (Droog en ontpit)	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Pylwortel	4 g	11 g	22 g	36 g	72 g	180 g
Q						
R						
Rosyne	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Rys	4 g	12 g	24 g	40 g	80 g	200 g
S						
Sago	4 g	11 g	22 g	36 g	72 g	180 g
Sampioene	1 g	4 g	8 g	14 g	28 g	70 g
Sitruskil (Geglaseer)	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
Sout	6 g	17 g	34 g	56 g	112 g	280 g
Spaghetti	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Speserye (Fyn): Borrie	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Speserye (Fyn): Foelie	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Speserye (Fyn): Gemende Speserye	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Speserye (Fyn): Gemmer	2 g	5 g	10 g	16 g	32 g	80 g
Speserye (Fyn): Koljander	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Speserye (Fyn): Mosterd	2 g	5 g	10 g	16 g	32 g	80 g
Speserye (Fyn): Naeltjies	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Speserye (Fyn): Neutmuskaat	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Speserye (Fyn): Paprika	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Speserye (Fyn): Peper	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Speserye (Fyn): Rooipeper	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Speserye (Fyn): Wonderpeper	2 g	7 g	13 g	22 g	44 g	110 g
Stampkoring	4 g	12 g	24 g	40 g	80 g	200 g
Stampmielies	4 g	12 g	24 g	40 g	80 g	200 g
Stampmielies (Kits)	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Suiker: Bruin, Wit en Geel	4 g	12 g	24 g	40 g	80 g	200 g
Suiker: Strooi	4 g	13 g	25 g	42 g	84 g	210 g
Suiker: Versier	3 g	8 g	16 g	26 g	52 g	130 g
Sultanas	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g
T						
Tapioka	3 g	10 g	20 g	34 g	68 g	170 g
V						
Vermicilli	2 g	6 g	12 g	20 g	40 g	100 g
Vlapeier	2 g	7 g	14 g	24 g	48 g	120 g
Vye	3 g	9 g	18 g	30 g	60 g	150 g

Teelepels (3 t per eetlepel)	$\frac{1}{4}$ t = 1ml	$\frac{1}{2}$ t = 2ml	1 t = 5ml	2 t = 10ml
Eetlepels (16½ eetlepels per koppie)	1 e = 15ml	2 e = 30ml		
Koppies (4 koppies per liter)	$\frac{1}{4}$ k = 60ml	$\frac{1}{2}$ k = 125ml	$\frac{3}{4}$ k = 190ml	1 k = 250ml