Want2Stay

Recipes

Resepte

aisbaai / Hyacinthus

Kontakbesonderhede:

Want2Stay

Webtuiste: www.want2stay.com

*Kom gesels saam op **Facebook** en vertel ons van jou herinnering aan luilekker vakansie dae op Struisbaai.*

Facebook Naam – https://www.facebook.com/want2stay.accommodation

E-Pos (Struisbaai): jvz@want2stay.com

E-Pos (Hoofkantoor): info@want2stay.com

Posadres: Posbus 104 , Struisbaai, 7285

Foon: 011 568 0243

Vir besprekings:

Want2Stay: (Struisbaai, L'Agulhas, Suiderstrand)

Webtuiste: www.want2stay.com

Skakel: 011 568 0243 [HQ]

Of besoek ons by: https://wa.me/027115680243

E-pos: info@want2stay.co.za

Enjoy your stay with us.

•STRUISBAAI: renowned for its 14 km stretch of pure white sandy beach, is a premier holiday destination. Each of the 14 pristine kilometers offers safe bathing. The quaint little harbour, filled with busy fishing boats and quayside anglers is a must-see. Pleasure and angling cruises depart from here. From here, the road hugs the coastline, and leads you through the picturesque holiday village of L'Agulhas to the southernmost tip of the African continent.

•L'AGULHAS: The picturesque holiday village of L'Agulhas, 5 kilometers away from Struisbaai, is at the southernmost tip of Africa. Residents enjoy the distinction of being the Africans living closest to the South Pole. It provides also a panoramic view of the meeting place of the two oceans.

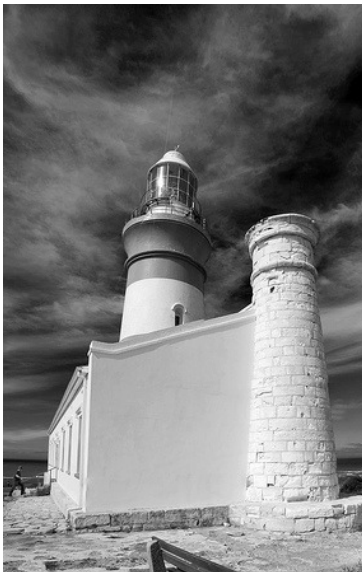
Here are some cape holiday cuisine ideas..

Indeks / Index:

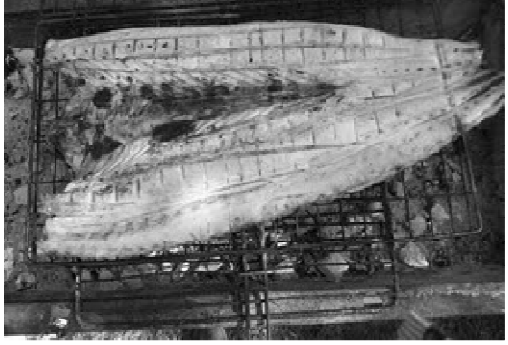
- VIS / FISH
  - Whole Fish
  - Struisbaai stokvis
  - Hawe sardyne
  - Kreef oor die kole
  - Smoorsnoek
  - Agulhas Tuna Tert
  - Napier viskoekies
  - Crispy Beerbattered hake
  - Doreen se visgebak
  - Lighuis snoektert
- BROOD / BREAD
  - Maklike potbrood
  - Mieliebroodjie
  - Roosterkoek
  - Stokbrood
  - Tradisionele vetkoek
- POTJIE
  - Johan se hoenderpot
  - Crayfish pot
  - Paella pot
  - Johan se lasagne pot
  - Thys se oxtail pot
- MEER VLEIS / MORE MEAT
  - Sosaties
  - Johan se bosveld burger
- SOP & SOUS / SOUP & SAUSE
  - Boeta se seekos sop / sous
  - Marie se sheba
  - Johan se potjie-doepa
  - Aartappelsop
- WARM KOS / WARM FOOD
  - Arina se bobotie
  - Anita se gouvrou kerrie
  - Waterblommetjie bredie
  - Tannie Leen se macaroni en kaas
  - Vegetariese gereg
  - Spek & Kaas quiche
  - Potato bake
  - Korslose souttert

Indeks / Index:

- HOENDER / CHICKEN
  - Greek chicken & feta bake
  - Bredasdorp Herderspastei
  - Gansbaai flatties
- NIERTJIES / SKILPADJIES
  - Gebraaide niertjies
  - Overberg skilpadjies
- ALGEMEEN
  - Padkos & strandkos
  - Pizza
  - Kwaai-braai-paai
  - Ouvrou onder die kombers
  - Sonsak happies
- GROENTE & SLAAI / VEG & SALAD
  - Pampoenkoekies in stroop
  - Bredasdorp patats
  - Portabello sampioene
  - Vinnige pastaslaai
- ONTBYT & TOEBROODJIES / BREAKFAST & SANDWICHES
  - Ontbyt & toebroodjie idees
  - Sandwich filling ideas
  - Omelette
  - Southern Staying slaptjips omelette
  - Basic French toast
  - Back from the beach French toast
  - Franse braaibroodstapel
- IETSIE SOETS / SOMETHING SWEET
  - Nathali se Milo nagereg
  - Coconut ice sweets
  - Marie se melktert
  - Jam drop cookies
  - 30 Day muffin mix
  - Jean se floplose pannekoek
  - 4 Min. microwave yoghurt tart
  - Cremora tart



Whole Fish....



While you're in the Cape you must enjoy a snoek braai and make part of your holiday memories.

One can purchase fish like Yellowtail at the harbour just after the fishing boats have returned from sea. Make sure you choose one with firm flesh and make sure the fish is gutted.

Ingredients:

Melt ½ a block of butter
Add a small can of apricot jam
2 teaspoons of crushed garlic

Method:

Open fish and sprinkle with salt and pepper. Lavish the butter mixture on the flesh.
Cover the braai grid with heavy duty tin foil and turn the corners to make a ridge around the outside.
Place the whole fish on the braai grid. Baste continually until the fish is cooked. There is no need to turn it. Serve with salads and bread.

Struisbaai Stokvis

Net reg vir 4 mense

Bestandele:
800 g stokvis, gesny in blokkies
1 koppie broodkrummels
250 ml room
1 koppie gerasperde mozzarellakaas
gerasperde skil van een suurlemoen
handvol pietersielie
sout en peper

Metode:
Smeer 'n glasbak met botter, en pak vis onderin.
Strooi sout en peper, asook suurlemoenskil oor.
Gooi die room oor die vis.
Strooi die pietersielie oor.
Meng broodkrummels en mozarella, en sprinkel dit oor dis.
Bak teen 180 grade vir 30 minute.

Hawe Sardyne

Bedien 4 mense

Bestandele:
1 koppie rou skulpienoedels
410 g blik sardyne in tamatiesous
½ ui, gerasper
Kaas
Wit Sous [sommer die pakkies]
Visspeserye
Rooi Peper

Metode:
Kook noedels gaar.
Meng sardyne met ui en visspeserye.

Maak 2 koppies witsous met gekapte pietersielie en rooi peper apart.

Pak gaar noedels onder in vuurvaste bak, dan 'n laag vis, laag witsous, weer 'n laag noedels, en weer witsous met gerasperde kaas bo-op.

Bak teen 180ºC, oop, vir 20 minute.

Kreef oor die kole

Bestandele:
rou kreef
suurlemoensap
vars, gekapte pietersielie

Bedruipsous:
250 ml botter, gesmelt
1 groot suurlemoen se sap
5 ml gemengde gedroogde kruie
5 ml gekapte knoffel

Metode:
Sny die krewe ruglangs oop sonder om dit deur te sny. Breek die kreef oop en druk dit plat. Verwyder die dermpie uit die stert. Meng die bestanddele vir die bedruipsous deeglik. Plaas die kreef op n rooster en bedruip die vleiskant mildelik met die sous en los dit vir 5 minute lank sodat die sous kan intrek.
Plaas die rooster met die vleiskant na onder op n staander ongeveer 30 cm hoog en braai die kreef 3 minute lank oor matige kole. Draai dit om en bedruip dit weer mildelik met die sous en braai dit vir 'n verdere 5 tot 6 minute met die dop kant na onder. Bedruip dit weer voor bediening. Sprinkel die suurlemoensap oor en strooi die pietersielie oor.

Smoorsnoek

Dalk die vorige aand te veel snoek gebraai en nou is daar oor?

Bestandele:

500 g snoek (Dit moet gaar wees en die vel en grate verwyder)
2 e botter
2 uie, fyn gekap
2 tamaties, in blokkies gesny
2 e vars pietersielie, fyngekap
1 t sout
1 t swartpeper, varsgemaal
2 t suurlemoenskil, gerasper
4 aartappels, gaar en in blokkies gesny

Metode:

Vlok die vis met ‘n vurk. Verhit die botter in ‘n pan en soteer die uie tot deurskynend. Voeg die tamaties by en braai effens. Voeg die res van die bestanddele by en smoor dit ‘n halfuur lank oor matige hitte en roer dit af en toe sodat dit nie aanbrand nie.

Agulhas Tuna Tert

Bedien 4 mense

Bestandele:
1 blikkie tuna in olie, fyngemaak
1 gekapte ui
1 koppie gerasperde cheddarkaas
2 eiers
30 ml meel
1 teelepel sout
1 teelepel mosterd
200 ml melk

Metode:
Braai ui in die olie van die tuna.
Laat afkoel en meng dan met tuna en kaas, en sit dit in tertbak.
Meng 2 eiers met meel, sout, mosterd en melk.
Gooi oor tuna en ui in bak.
Bak vir 30 minute teen 180 grade.
Heerlik met 'n groen slaai en vars broodjies!

Napier Viskoekies

Bedien 5 mense

Bestandele:
4 gaar aartappels, in blokkies gesny
1 blik sardyne *(pilchards)* in tamatiesous
1 blik geroomde suikermielies
1 ui
3 eiers, geklits
250 ml bruismeel
handvol pietersielie
sout en peper na smaak

Metode:
Maak aartappels fyn, meng die hele lot, maak plat koekies, en bak in vlak olie tot gaar.

Skeepswrak Variasie:

Braai die gesnipperde uie tot bruin en dreineer
Voeg twee snye droe brood, pietersielie en twee eiers by
Meng alles goed.
Voeg enige vis of vleis by.
Bak in matige olie met sout en peper
[of Maggy Fondor] na smaak.

Crispy Beer battered Hake...

1 fillet of hake or other white fish,
cut into 4 portions
seasoned flour
vegetable oil for deep-frying

Batter:
1 C (250 ml) flour
¼ C (60 ml) corn flour
2 tsp (10 ml) baking powder
about 1 C (250 ml) beer
salt and freshly milled pepper

Batter:
Whisk the flour, corn flour, baking powder, beer and seasoning together until smooth. Keep to one side for at least 30 minutes.

Heat a pot of oil. Coat each portion of fish with seasoned flour and dip into the batter, coating well. Gently submerge into the hot oil and deep-fry until golden (a maximum of 6 minutes). Place on paper towels to absorb excess oil and serv
immediately with fried chips and Garlic and Herb M

To make a Garlic and Herb Mayo:
Mix ½ C (125 ml) mayonnaise with
½ tsp (2.5 ml) crushed garlic and

Doreen se vis gebak...

Bestandele:
500 g Stokvisfillette
1 pakkie uiesop – maak aan met 1½ koppie water
30g bees of kaas en uie skyfies (chips) - fyngemaak
250 ml room
1 koppie gerasperde kaas
½ koppie melk

Metode:
Smeer oondbak en plaas vis in bak.
Meng uiesop, room, kaas en melk en gooi fyngemaakte skyfies by.
Gooi die mengsel oor die vis.

Bak in voorverhitte oond teen 180ºC vir 30 min. (oop)

Bedien met kapokaartappels

Lighuis snoektert

Genoeg vir 6 mense

Witsous:
Maak 500ml witsous en voeg een koppie gerasperde kaas by.

Kors:
2 koppies meel
1 koppie botter
1 koppie gerasperde kaas

Rasper die botter in meel en voeg die kaas by
Vryf alles saam tot krummels en druk in bak met vingers om kors te vorm

Vulsel:
1 gaar snoek gevlok
Meng die witsous met gevlokte snoek
Meng een geklitste eier en 'n halfkoppie melk en vou dit in die snoekmengsel
Gooi in kors
Strooi paprika bo-op en bak teen 180 vir 30 - 45 min, oop.

Maklike potbrood....

Bestandele:

1 Kg Witbrood meel
1 pakkie kitsgis (10g)
2 tl suiker
2 tl sout
Louwarm water om mee aan te maak

Metode:

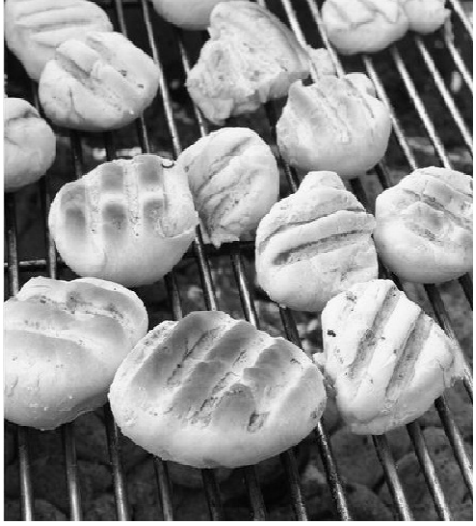
Meng alles saam, maar moenie deeg te styf knie nie. Sorg net dat als goed deurgewerk is.
Laat rus vir 20 min.
Knie goed en sit in gesmeerde swartpot.
Laat rys vir ± 1 uur. (Tot so helfte of driekwart van die pot se inhoud.)
Bak by 160 ˚C tot gaar. (± 1 uur)

Mielie-Broodjie....

Bestandele:
500 g bruismeel
5 ml sout
1 blik (410 g) blik ingedampte melk
1 blik (410 g) blik roomsoort mielies

Metode:
Voorverhit oond tot 180°
Sif bruismeel en sout saam
Voeg ingedampte melk en mielies by en meng goed
Skep in gesmeerde broodpan en bak +/- 60 minute of tot gaar

Roosterkoek....



Make your own special bread with a braai. Spoonfuls are cooke on a clean grid over low coals.

Ingredients:

500 ml flour
15 ml baking powder
2 ml salt
150 ml milk
1 egg, beaten

Method:

Mix together ingredients, place balls on clean grid, cook on one side until crisp, then turn and cook other side until they sound hollow when tapped.

Stokbrood

Hierdie broodjie sal die seunskinders geniet. Volgens die tydskrif Weg, kan jy ook die holtes vul met wors of appelkooskonfyt en kaas.

Bestandele: (vir 2 brode)

1 kg (7 koppies) witbroodmeel (of gebruik helfte Nutty Wheat en helfte witbroodmeel)
2 teelepels suiker
1 teelepel sout
1 pakkie (10 g) kitsgis
1 eetlepel olie
sowat 2 koppies louwarm water

Metode:

Meng die droë bestanddele en gooi genoeg louwarm water by om ’n hanteerbare deeg te vorm.
Knie die deeg tot glad.
Sit die deeg in ’n gesmeerde bak en bedek dit met kleefplastiek.
Laat staan dit vir 15 minute op ’n warm plek totdat die deeg in volume verdubbel het. Dis nou reg vir gebruik.

Stokbrood:

Laat die deeg toe om die eerste keer te rys en knie dit dan af. Rol dit met ’n koekroller uit op ’n meelbestrooide oppervlak tot sowat 15mm dik en sny dit dan in repe.
Draai die repe om stewige stokkies en braai dit dan oor matige, grys kole tot goudbruin en gaar.
Draai dit deurentyd om.
Sodra dit gaar is, sal die stokbrood maklik van die stokkies afskuif.

Traditional Vetkoek

Quick & Easy: Fill with mince, cheese or anything else that you li

Ingredients

250ml (1cup) cake flour
1 tsp baking powder
1/2 tsp salt
1 egg
125 milk
125 ml oil for frying

Method

Sift flour, baking powder and salt together. Beat the egg separate
and add to flour.
Add milk and mix until smooth.
Heat the oil in a frying pan and drop a tablespoon of the mixture
into oil.

Don't make more than four at a time.

Fry for two to three minutes on one side, then turn and fry for o
minute on other.
Serve hot.

Johan se hoenderpot...

As daar nou een wenner is, is dit die hoenderpot wat ek jaarliks op ons vier-by-vier toer maak.

Bestandele:

Hoender dye
Uie
Olie
Groente in growwe stukke gesny
1 liter 100% lemoensap
470 gram Mrs Balls Blatjang
sout

Metode:

Braai die uie in olie in ‘n swart pot tot lekker bruin. Skep die brui
gebraaide uie uit en braai dan die hoender dye bruin in die swart
Voeg die lemoensap en blatjang by en kook fluks vir twee ure of
sag. Voeg die uie en dan die groente by. Kook vir ongeveer 1 uu
stadig tot die groente sag is en die sous deur gekook het.
Hou die pot nat.
Vir ‘n lang sous rasper so twee aartappels
in wanneer die groente bygevoeg word.
Sout na smaak.

Crayfish Pot

Ingredients:

45ml Cooking oil
750ml Uncooked rice
1 Medium onion, chopped
1.5L Water
10ml Dried parsley
1 Garlic clove, crushed
Juice of Lemon
150g Sliced mushroom
2 Tomatoes, peeled and diced
1 Packet white onion soup
6 Uncooked crayfish tails
Salt to taste

Method :

Allow the parsley to soak in the water for 15 minutes.
Heat the oil in the pot, add the onions, garlic and peppers and brown until soft.
Add the parsley water and rice, cook for a 10 minutes.
Add the rest of the ingredients except the crayfish.
Sprinkle the salt over and cover with the lid. Allow the pot to simmer slowly for 30 minutes or until the rice is almost done.
Now place the crayfish tails on top of the pot and allow it to simmer for 15 minutes.

Don't cook the crayfish for too long as it could get soggy.

Paella Pot...

Ingredients :

60 ml Cooking oil
500g Pork, cubed
4 Bay leaves
2 Chicken stock cubes
400g Frozen prawns
250g Frozen green peas
1 kg Kingklip fillets, cut in strips
Salt and pepper to taste
3 Red sweet peppers (seeded and cut in strips) or a 400g tin pimento
1 Large onion, chopped
5 ml saffron
1 litre boiling water
5 Chicken thighs, halved
500g Uncooked rice
Juice of 1 lemon

Method:

Heat the oil in the pot. Lightly brown the pepper, onion, pork and chicken. Cover and simmer slowly for a hour or until the meat is nearly done. Add the saffron, bay leaves and chicken stock cubes to the boiling water and set aside.

Place the fish and prawns on top of the meat, followed by the rice and peas. Season with salt and pepper to taste. Add the saffron water little by little as the rice boils dry. Simmer the potjie gently until the rice and peas are done and all the liquid has nearly boiled away. Paella should be loose and the rice should not be soggy. Simmer slowly to prevent rice from burning. Add the lemon juice just before serving and stir well.

Johan se lasagne-pot

Maak hierdie lasange in 'n swartpot op die oop vuur.
Die geheim is om stadig met ‘n rooi wyntjie te begin, want jou hitte moet laag wees.

Bedien 6 mense

Beskrywing:
Braai 2 gekapte uie, 1 pak vars sampioene en 1 pakkie gesnipperde spek saam.
Braai 1 kg maalvleis tot pienk, en voeg die uiemengsel by.
Pak lasagne bo-op die vleismengsel. [kan dit in twee lae ook doen]
Gooi twee blikke fyngekapte tamaties by.
Strooi 1 koppie cheddarkaas bo-op.
Bedek met 750 ml medium dikte witsous.
Strooi weer 'n koppie kaas oor.
Sit deksel op. Laat staan vir 45 min eenkant, en kook vir dan 30 minute op lae hitte.

Laat dan weer staan totdat die rooiwyn op is of vroulief begin dreig.

Wenner Oxtail Pot ...

Bestandele:

± 2.5 kg Osstert
5 ml Fyn Kruie-Naeltjies (Cloves)
10 ml Worcestershire Sous
6 Medium Aartappels
1 x Chilli Beef "Stock" Cube

2 Groot uie
3 Groot Wortels
Sout & Swart Peper
30 ml Kookolie
15 ml Asyn

5ml sterk Kerrie poeier
10 ml Braaivleis Speserye
2 Pakkies "Brown Onion Gravy" (Nie sop nie – Kan ook een Brown Onion Gravy en een Roast Beef Gravy wees)

Metode:

In 'n warm pot, braai die vleis in die bietjie olie tot goed geseël Terwyl braai, sprinkel naeltjies en Worcestersous oor. Voeg ±1 liter kookwater met die asyn en Bief blokkie by en kook teen hoë hitte vir ±twee uur met deksel op. Roer nou en dan. As water weggekook het voeg nog kookwater by – Dis goed as dit paar keer kan droogkook tot braai (Gee kleur en braai van die vet weg – Wees net versigtig vir brand).

As vleis redelik sag is, voeg 'n laaste 500ml kookwater by met die die kerrie en braaivleisspeserye in. Verlaag hitte (Lig pot of krap kole uit). Roer goed deur en as dit weer kook sny uie in en daarna wortels en aartappels en prut vir omtrent een uur. Afhangende van hoeveelheid vog in pot en verlangde hoeveelheid sous (Ek hou van baie) Voeg "Gravy" poeier droog of aangemaak met bietjie koue water by en meng liggies in.
Prut vir nog vyf na tien minute en sit voor met rys.

Sosaties....

Sosaties are a well known favourite. Normally lamb is used but you do not eat red meat substitute with chicken.

Alternate threading meat/chicken cubes (Approximately 1 kg = 1 sosaties) with red pepper and onion slices. Place into marinade f a day.

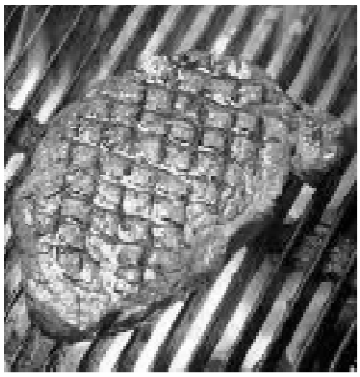
Ingredients: - Marinade:

2 large onions, chopped
125 ml white vinegar
375 ml dry wine
2 bay leaves
15 ml sugar
45 ml curry powder
30 ml coriander
10 ml salt
2 ml cinnamon
2 ml cumin

Method:

Heat all the ingredients in a pot, allow to cool. Pour over sosaties and leave to marinade for a minimum of 24 hrs. Braai over hot coals.

Oohan se Bosveld Burger....



Geen uitstappie is lekker sonder ‘n Bosveld Burger nie.

Bestandele:

Wyn, lekker fris rump steaks, growwe sout, vars brood rolletjies
botter. Geen borde of slaaie nie, dis verbode!

Metode:

Smeer die brood rolletjies vooraf. Braai dan die steaks oor vinn
kole, selfs so tussen die vlamme deur. Seel die een kant goed,
draai om en sout. Doen dan dieselfde met die ander kant.
Probeer om die vleis so min as moontlik te draai. Haal die vleis
terwyl dit nog sag en buigsaam is, liewer te rou as te gaar. Plaa
dit onmiddelik in die gebotterde rolletjies en eet dit staan, staa
om die vuur.

*‘n Skitterende afwisseling is ‘n Veld Hoender Burger. Vervang di
rump steaks met dun gesnyde hoender filette. Braai net totdat
hoender gestol het en sy buigsaamheid verloor. Bedruip met een
van jou gunsteling souse net voordat die hoender afgehaal word
Plaas dit onmiddelik in die gebotterde brood rolletjies en eet dit
staan, staan om die vuur.*

Boeta se seekos sop/sous

Wat Johan darem nie alles vir Want2Stay sal doen nie. Hy het met 'n seer hart die geheim verklap. Maar ons het sy arm gedraai.

Bestandele:
2 fyngekapte uie
5 ml gemengde kruie
2 huisies knoffel, gekneus
50 ml botter
melk
125 ml droë witwyn
2 pakkies ontwaterde sampioenroomsop
500 ml room
Seekos [mossels, garnale, vis, fyngemaalde geblikte gerookte oesters
of gemaalde perlemoen of sommer 'n mengsel van alles]
Mielieblom indien nodig om te verdik.

Braai uie bruin in pan en voeg kruie en knoffel by.
Voeg dan botter, seekos en melk by om te bedek. Prut tot amper sag. Voeg wyn en soppoeier by en roer deeglik. Verhit tot kookpunt. Voeg room by.

Hou die basiese beslag netso vir sop. Maak seker dat die seekos baie sag gekook is. Bedien met vars brood.

Verduk die basiese beslag met mielieblom.
Dis veral gepas as sous.
Die seekos moet net gaar wees.

'n Wenner is om net 1 blikkie gerookte

Marie se Sheba

Ook baie lekker as mildelik oor hoender dye gegooi word en in toe skottel in die oond gebak word tot gaar.
Rooster dan tot lekker bruin en bedien met gebraaide aartappels en groente.

Bestandele:

3 Groot bottels Tomango Tamatiesous
10 groot uie (gekap)
27 Eetlepels Worcesersous (250ml)
9 K water
250 gr margarine
1 K suiker
15 Eetlepels asyn (200ml)
4 hoogvol teelepels droë mosterd
2 pakkies bruin uiesop

Metode:

Braai uie in margarine. Voeg res van bestanddele by
en kook tot gaar.
Bottel en bêre op rak. (Nie nodig om in yskas te bêre)
Geniet oor pap, roereiers of hotdogs.

Johan se Potjie-doepa

Potjie Doepa is ‘n moet vir ‘n Vier-by-vier toer of ‘n vakansie by d
see. Ek berei my doepa altyd tuis voor.

Bestandele:
2 eetlepels Bisto
2 eetlepels bruin suiker
4 eetlepels blatjang
4 eetlepels asyn
2 eetlepels Worcestersous

Metode:
Gooi in ‘n klein konfyt fles en seël goed. Gooi die doepa oor enig
potjie net voor die inhoud gaar is.
Kook deur en skep op.

Aartappel sop....

Bestandele:

6 Middelmatige aartappels
2 Wortels
2 Uie
1 Pakkie hoenderroom / sampioen / aartappelroom sop
Sout & peper na smaak
1 Bakkie natuurlike yogurt
1 Bakkie plein smooth roomkaas
1 Bakkie room
Bietjie pietersielie
Wit wyn (addisioneel)

Metode:

Kap uie en soteer in botter (moenie braai)
Sny groente fyn en kook tot sag.
Maak alles goed fyn
Voeg res van bestanddele by en laat goed deur kook.

Arina se Bobotie

4 Uie baie fyn gekap en gebraai in olyfolie & botter tot bruin.

500 g Lean Mince
2 TL (of bietjie meer) mild Kerrie poeier
1 TL Borrie
Fyn Swart peper
Sout na smaak (min)
½ TL asyn
½ K Chutney (Mrs Balls Fruity Mild)
½ K Appelkooskonfyt
1 handvol rosyntjies
6-8 snye witbrood & melk genoeg om die brood in te week.

Braai uie tot bruin. Gooi mince en bogenoemde bestandele by. Braai deur.

Nadat die brood geweek is tot sag in die melk, verkrummel die brood tussen jou vingers en voeg by die mince mengsel. Kook deur. Roer alles deurmekaar en gooi in oondvaste skottel.

Maak kappokaartappels en “smeer” bo-oor.

<u>Bo-Laag:</u>
Meng 3 eiers, ½ K Mayonnaise en 1 K Melk
Gooi bo-oor bobotie.
Lourierblare kan bo-op geplaas word vir versiering.

Sit in die oond teen 180 grade tot gaar.
(± 30 – 40 min.)

Kerrie....

RSG - Anita se gou-vrou hoenderkerrie

Bestandele:

1 ui
8 tot 10 hoenderstukke, met vel en been
1 koppie water
½ fles Mango Atjar
4 groot aartappels, geskil

Metode:

Braai ui en hoenderstukke tot bruin.
Voeg die res by, en laat dit prut tot gaar.
Jy hoef nie eers sout en peper by te gooi nie, die atjar bevat al die speserye en regte geure vir 'n outentieke kerrie!
Bedien saam met vars koljanderblare en Bulgaarse joghurt.

Waterblommetjie bredie

Onthou om tydens die kosmakery die res van die witwyn te geniet. Mens wil nie mors nie.

Bestandele:

1 kg lamsvleis (Opgesnyde blad, of lekker skaapribbetjie en skenkels)
2 koppies water of wyn
1 ui opgekap
2 blokkies bees vleis-aftreksel
Eetlepel Kerrie *(of na smaak)*
Aartappels
Geblikte Waterblommetjies
Swart peper

Metode:

Kook vleis en ui in twee koppies water tot sag, dit neem so 'n uur.
Voeg Kerrie, swartpeper, waterblommetjies en aartappels by en kook tot sag.
Indien dit loperig is, verdik met mielieblom [maizena].

Kan ook vars waterblommetjies gebruik. Kook dit net eers sag in ligte sout water en gooi water af.

Macaroni & Kaas (Tannie Leen)

Bestandele:

1 Pakkie Macaroni - Kook **macaroni** eenkant tot gaar
Olyfolie om by Macaroni te gooi wanneer kook.
Sout – Slegs by macaroni

½ pakkie Bacon in stukkie gesny
1 groterige blok Cheddar kaas
4 Groot tamaties
1 houertjie vars room
4 Medium grootte eiers
Botter

Metode:

Spuit bak met Spray & Cook.

Gooi lagie **macaroni** eerste in.
Dan lagie **bacon** (rou) (sny in stukkies, moenie heel hou nie)
Dan lagie **Cheddar** kaas (baie)
Dan lagie **tamatie**
Dan lagie **macaroni**
Dan lagie **tamatie**
Dan meng jy **1 houertjie vars room** met **4** (medium size) **eiers**.
Klits goed en gooi oor.
Dan lagie **cheddar** kaas bo-oor (baie)
Sit heelwat **klontjies botter** bo-op en sit in oond vir minimum van 45 minute.

Wenke: Gebruik ’n hele blok kaas.
Halwe pakkie bacon is genoeg vir 4 mense.
Hang af van die grootte van jou bak.

Vegetariese gereg...

2 uie, gekap
2 knoffelhuisies
3 middelslag wortels, in skywe
200g broccoli, gebreek
200g groenboontjies, gehalveer
250g sampioene
1 blik bone in tamatiesous
1 blik heel tamaties
45ml pietersielie
sout en swartpeper

BOLAAG
4 snye bruinbrood, korsies verwyder, fyn
80ml sagte botter
250 ml gerasperde kaas
30 ml pietersielie
2.5ml paprika
sout

Voorverhit oond tot 180C. Soteer uie, wortels, broccoli, groenbone en sampioene vir 10 minute. Voeg knoffel by en roerbraai nog ‘n minuut. Roer boontjies, tamaties en pietersielie by en geur na smaak.

BEREI BOLAAG
Meng alles en maak in voedselverwerker fyn. Skep groentemengsel in oondpan en sprinkel bolaag oor. Bak 30 minute. Lewer 4-6 porsies.

Spek en Kaas Quiche

Bestandele:

4 eiers
¾ k Room
¾ k Melk
½ k Kaas
¾ k Spekvleis[gaar] of koue hoender of Ham blokkies
1tl Vars gekapte Pietersielie
Sout en Peper

Metode:

Medium ui fyngekap en 1e fyngekapte groen Soetrissie
Klits eiers goed en voeg al die ander bestandelle by
Gooi in tertpan en bak vir 35-40 min op180 ˚C.

Potato Bake....

Ingredients:

Boiled, sliced potatoes
Chopped Mushrooms
Grated Cheese
1 Large tub fresh cream
1 Tin creamstyle corn
½ tsp Ground green chillies
½ tsp salt
½ tsp pepper or to taste
Origanum

Method:

Mix cream, corn, chillies, salt & pepper well. Spread over greased casserole. Add chopped mushrooms & potatoes. Add cheese over potatoes. Layer & sprinkle origanum over. Bake at 180 C for 30-40 min. Do not overcook.

Korslose souttert

Bestandele:

500 ml gerasperde Weense worsies
2 eiers, geklits
500 ml gerasperde kaas
1 pak gesnipperde spek
250 ml melk
125ml gerasperde ham/polonie
12,5ml mosterdpoeier
1 ui, fyngekap
10 ml droë pietersielie
30 ml meelblom
Sout en peper na smaak

Metode:

Meng al die bestandele saam in ‘n groot bak. Gooi die mengsel in ‘n gesmeerde tertbak van 25cm.

Bak dit 30-35 min by 180 ˚C.

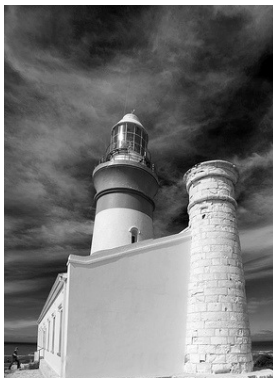
Greek chicken and feta bake

Ingredients:

- 500 g baby potatoes, halved
- 1 sachet Knorr Brown Onion Gravy
- 2 red onions, cut into eighths
- 1 yellow pepper, cut into strips
- 2 tablespoons (30 ml) olive oil
- Robertson's Salt and Pepper
- 12 black olives
- 1 cup (250 ml) feta cheese, crumbled
- 6 small chicken thighs on the bone, skin on
- 1 teaspoon (5 ml) Robertsons Paprika
- 1 red pepper, cut into strips
- 3 garlic cloves, crushed
- 1 teaspoon (5 ml) Robertsons Origanum
- ½ a tin (200g) diced tomatoes
- chopped flat-leaf parsley

Method:

Preheat oven to 200°C
In a large pan of boiling water cook potatoes for 10 minutes
Drain and set aside to cool
Place chicken in a large baking dish
Sprinkle with Knorr Brown Onion Gravy and paprika
Add onions, peppers, garlic and potatoes
Drizzle with oil, sprinkle with origanum and season well
Bake for 30 minutes
Add tomatoes and olives, basting chicken
with the juices
Cook for 15 more minutes
Serve sprinkled with parsley and feta cheese



Bredasdorp Herderspastei

Bestandele:
Uie en knoffel
500gr maalvleis
2 tot 3 pakkies tamatie puree
Gedroogte kruie, origanum, roosmaryn, tiemie
1 koppie rooiwyn
2 eetl bruinsuiker
sout en peper

Metode:
Sit die swartpot bo-op vuur, braai uie en knoffel, voeg vleis by, en braai tot bruin.
Voeg die tamatie, kruie, wyn, suiker en sout by, roer goed.
Maak intussen kapokaartappels met bakpoeier, melk of room, en parmasaankaas, of enige kaas wat byderhand is, pak dit bo-op die vleis in die swartpot.
Sit deksel op, en pak gaar kole bo-op deksel.
Laat so staan vir 20 minute.

Haal deksel af, en geniet dit!

Gansbaai Flatties

Bestandele:
1 hoender
Nando's se "Lemon & herb" speserye
2 teelepels varsgemaalde knoffel
1suurlemoen
olie

Metode:
Vlek die hoender oop, smeer knoffel en sout in
Gooi Nando's se speserye oor.
Laat staan vir 3 ure.
Sit op vuur, meng orige speserye met half koppie olie en kwart koppie suurlemoensap en halwe teelepel knoffel
Roer en smeer met kwassie gedurig die hoender op die vuur.

Gebraaide Niertjies

…….in Roomsous op kapokaartappels (Sarie kos)

Bestandele:
45 ml olyfolie
1 ui, fyngekap
2 knoffelhuisies, gekap
400 g niertjies, skoongemaak
45 ml brandewyn of sjerrie
250 ml room
45 ml gekapte pietersielie
sout en varsgemaalde swartpeper
6 snye brood van jou keuse
45 ml botter

Metode:
Verhit olyfolie tot warm in 'n pan. Voeg ui en knoffel by. Braai vir sowat 5 minute of tot goudbruin. Voeg niertjies by en braai vir sowat 5 - 8 minute aan 'n kant of tot goudbruin. Voeg brandewyn by en kook brandewyn weg. Voeg room en pietersielie by en verlaag hitte. Laat stadig prut tot room met helfte verminder het. Geur goed met sout en peper.

Overberg Skilpadjies

Kinders is mal hieroor!

Bestandele:

500 g maalvleis gaan jou so 6 platfrikadelle gee.
2 Weense worsies per frikadel
Genoeg cheddarkaas om 6 plat frikadelle te bedek
1 pakkie strepiespek
Tandestokkies
6 kinders!

Metode:

Bedek rou frikadel met cheddarkaaslagie.
Omring die hele plat frikadel met spekrepies.
Sny elke worsie in drie gelyke lengtes.
Visualiseer 'n skilpad, sit een stukkie wors aan die bo-punt vir die skilpad se kop, gebruik 'n tande stokkie om die twee vas te hou.
Dan twee stukkies wors aan weerskante onder die kop. Dis sy pote.
Dan twee stukkies aan die onderkant van die frikkadel, wat dien as sy agterpote.
En dan heelonder 'n stukkie word vir sy stert. Sny daai stert in 'n puntjie, sodat jy kan sien dis sy stert en nie sy kop nie!

Bak teen 180 grade oop, vir 20 minute, en rooster vir 5 minute!
Dit moet bros wees!

Padkos en Strandkos

Wie pak nog deesdae toebroodjies in vir vroulief/ kinders/ manlief/ vakansiegangers?

Want padkos'toebies' & frikadelle & hoenderboudjies is darem sinoniem met vakansie!

Van ons onthou sekerlik die nostalgiese dae VOOR die Ultra City en die Engen 1-stop. Kan hoeka baie smaaklike padkos onthou wat ons gesin telkemale saam met ‘n fles soet koffie langs die pad genuttig het – dis nou nadat jy jou oë moeg gekyk het vir die bordjie met die boom & bankies – 1 km verder!

En vir ‘n dag by die see is dieselfde kosmandjie steeds ‘n wenner.

Voeg daarby rolletjies, snye brood, toebroojies en oopbroodjies. Vulsels is daar ook vir die vale – tuna-mayo, hoender-mayo, eier-mayo, beesboud (darem nie die hele boud nie!) & piekels, kaas & tamatie, biltong, spek & eier, die befaamde ‘club’ toebroodjie, om maar net ‘n paar op te noem.

Moet nie die Warmbrakke, hamburgers of pizzas vergeet nie.

En onthou die drinkgoed, ‘n nat lappie en handewaswater.

Pizza...

Ingredients:

1 pizza dough
1 can tomato paste
1 cup grated mozzarella cheese
½ cup cubed cooked ham
1 tsp dried mixed herbs

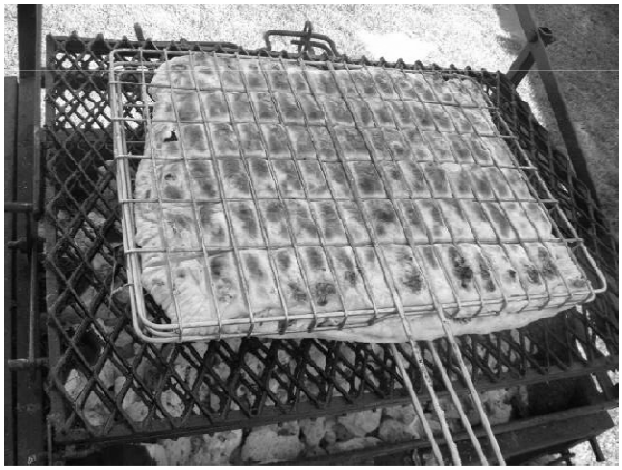
Method:

Preheat the oven to 180ºC.
Spread the tomato paste over the base.
Sprinkle the cheese evenly over the base.
Place the ham on top of the cheese.
Sprinkle the herbs over the pizza
Place in the oven for 15-20 minutes, until the cheese is melted and bubbling.

Die kwaai-braai-paai

Bestandele:

2 rolle skilferkorsdeeg
1 pak spinasie
Gaar hoenderborsies (gerookte hoenderborsies kan ook gebruik word)
1 pakkie gesnipperde spek
1 ui
1 rooi rissie
1 geel rissie
1 pak sampioene
Fetakaas
Mozzarellakaas
Cheddarkaas



Metode:

Laat ontdooi die deeg en rol uit op snyplank.
Braai ui, rissie en spek saam.
Voeg Ina Paarman se Rosemary and Olive-speserye en peper by.
Sit die helfte van rou spinasie op deeg.
Sny hoenderborsies in stukkies en plaas op spinasie.
Sit uie en spekmengsel op.
Pak sampioene op.
Sit nou verskillende kase op.
Eindig met ander helfte van spinasie.
Plaas deeg bo-op. Verf met eier/melk.
Maak deeg oral toe, soos 'n pakkie
Gebruik rooster met randjies.
Braai hoog op vuur.
Braai 15 minute, draai gedurig om.
Braai tot mooi goudbruin.

Ouvrou onder die kombers

Bestandele:
500 ml (2 k) bruismeel
5 ml (1 t) sout
80 g botter, gesmelt
1 K karringmelk
1 K melk
2 EL mosterdpoeier
4 repe spek, gehalveer
1 blik (390 g) Weense worsies, gedreineer
1 EL pietersielie

Metode:
Voorverhit die oond tot 180 °C.

Sif die bruismeel en sout saam in ’n groot mengbak. Klits die botter, karringmelk, melk en mosterd saam en giet by die meel.

Meng goed sodat daar geen klonte in die beslag is nie. Gooi die beslag in ’n groot, ronde oondbak, draai ’n halwe stukkie spek om elke worsie en rangskik die worsies binne-in die beslag.
Bak die gereg 40-50 minute of tot dit gaar en goudbruin is.

Sonsak Happies

Bestandele:
Klaar skilferkorsdeeg rou – in blokkies van 4cm gesny
Salami gesnipper
Pietersielie
Kaas gerasper
Spekworsies
Roomkaas
Olywe
Spek
Tamaties
Feta

Metode:
Plaas die skilferkorshappies op ‘n bakplaat en plaas vulsel bo-op na smaak.
Bogenoemde vulsel kan in kombinasie opgesit word, of apart, en 'n verskeidenheid kan gemaak word.
Bak in ‘n voorverhitte oond teen 190 grade celcius vir 15 minute.

Pampoenkoekies in stroop

Koekies:
500ml gaar boerpampoen
250ml gesifte koekmeelblom
10ml bakpoeier
2ml sout
1 eier, geklits
kookolie

Stroop:
15ml botter 375ml suiker
200ml melk 15ml mielieblom
175ml koue water

Metode:
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.

Bredasdorp Patats

Wat is ‘n Kaapse-braai dan nou sonder sy patats?

Bestandele:

4 patats, geskil en in wiggies gesny van 1½ cm
3 eetlepels botter
3 eetlepels stroop
¾ koppie bruinsuiker
½ koppie kookwater
gemmerkoekies

Metode:

Kook patats gaar in water.
Smelt botter, stroop en bruinsuiker in ½ koppie kookwater, en prut stadig totdat hy 'n lekker stroop vorm.
Plaas een laag gaar patats in oondpan, een laag gemmerkoekies, nog 'n laag patats, en gooi dan die sousie oor.
En krummel nog koekies bo-oor.
Bak in oond, oop, teen 180 grade vir 'n halfuur.

Portabella – Sampioene....

Dis sampioene van Denny ~ kyk in die winkels vir die sampioene, hulle word genoem Portabella sampioene, so groot soos 'n man se hand en dit kan gebraai word op die Braai-rooster of in die oond ~ dit bly ferm as dit gaargemaak word.

Die sampioene het 'n groot ruimte aan die onderkant waarin 'n vulsel geskep kan word ~ gebruik van die volgende vulsels

Gegeurde botter en vars broodkrummels
Gekrummelde fetakaas en gekapte neute
Kruie en bokmelkkaas
Knoffel-en-roomkaasmengsel

<u>Southern Staying Sampioene</u>

Portabella Sampioene oor die kole met knoffel, biltong en kaas bedekking.

Verwyder die steel. Meng botter en knoffel en plaas in die sampioene.
Strooi biltong poeier oor en bedek met kaas. Maak gaar op 'n rooster oor matig tot koel kole.
Die botter moet smelt en die sampioen van binne af gaar maak voordat die buitekant van die sampioen brand.

Vinnige pastaslaai

Halwe pak **pasta** (die gemengde kleure – wit, groen en “pienk” pasta)
kook tot sag, maar nie te sag.

Sous:
Halwe blikkie **kondensmelk**
10ml wit **asyn** (Baie min – net om sous suur smaak te gee)
Halwe koppie **mayonaise**

Meng bogenoemde bestandele saam om ’n soet/suur sous te vorm na smaak.

Meng sous met die pasta so 10 – 15 min voor ete, want sous is geneig om in die pasta in te trek en mag dalk droog wees.

Variasies: Kan blokkies ham of afgekoelde bacon stukkies in gooi en ook greenpeppers in verskillende kleure.

Ontbyt & toebroodjie idees...

Ontbyt Roer Skottel

Bobaas skottel ontbyt gereg wat jou bure sal laat kwyl.

Skil 'n paar groot aartappels en sny in klein blokkies. Verhit olyfolie op 'n skottel en voeg die aartappels by. Braai aartappels tot hulle begin sag word en sny dan uie en wit sampioene by. Braai nou die hele spul tot die aartappels mooi bruin gaar is. Voeg sout by na smaak.

Struisbaai Biltong Braai Broodjies

Hierdie resep is die Suid Afrikaanse weergawe van die "toasted ham, cheese and tomato" broodjie vir al die Gautengers wat vleis langs die see soek.
Op 'n sny wit brood gooi jy biltong poeier (verkrygbaar by jou gunstelling slaghuis), 'n paar snye kaas en tamatie. Gooi so bietjie peper oor (sout is nie nodig aangesien die biltong baie sout is) en sit nog 'n sny bo-op om 'n toebroodjie te maak. Smeer nou die buite kante van die toebroodjie met botter sodat die brood nie te vinnig brand nie en plaas op 'n rooster oor matige kole. Draai die broodjies totdat albei kante mooi gerooster is en sit dadelik voor.

Ander variasies is om uie by te voeg of om die biltong te los en net kaas, tamatie en uie met sout en peper te rooster wat ook baie lekker is.

Sandwich filling ideas…

- Avo, bacon, lettuce & sliced tomato

- Feta cheese, sliced black olives and thinly sliced gherkins
-
- Cottage cheese, cucumber and pineapple slices

- Hard boiled eggs, mayonnaise, tomato
-
- Tuna, celery, cucumber, mayonnaise and tomato
-
- Ham, cheese and mustard

Omelet

Have a great breakfast!!! Be creative and add filling like cheese, tomatoes, bacon, mushrooms etc.

(2 servings)

Ingredients:

6 eggs
1/2 tsp. salt
dash of pepper
3 tbsp. water
3 tbsp. margarine

Method:

Beat eggs, add salt and pepper and water. Beat again. Melt butter over medium heat.
Pour eggs into pan. As eggs sit, lift up edges and tip pan so the uncooked egg flows under cooked portion.
When bottom is browned and eggs are set, fold in half and slide onto plate and serve.

Southern Staying Slaptjips Omelet

Bestandele:

Slaptjips
1 medium ui, fyngekap
1 of 2 knoffelhuisies, fyngekap
250g sampioene
250g gesnipperde spek
4 tot 6 eiers.

Metode:

Braai ui en knoffel in pan met olie of botter.
Voeg sampioene en spek by.
Braai tot gaar.
Kap slaptjips fyn op en meng met uiemengsel in pan.
Klits eiers en voeg sout en peper by na smaak.
Voeg by mengsel in pan.
Braai op medium hitte met deksel op tot eiers gaar is.
Rasper kaas bo-oor en sit in oond om kaas te smelt.

Basic French Toast

(4 servings)

Ingredients:

10 to 12 slices white bread - preferably day-old (absorbs more egg mixture)
1 cup milk
4 large eggs
1 teaspoon sugar - optional
1 teaspoon salt
butter - for frying
maple syrup

Method:

Break eggs into a wide, shallow bowl or pie plate; beat lightly with a fork. Stir in sugar, salt, and milk.

Over medium-low heat, heat griddle or skillet coated with a thin layer of butter or margarine.

Place the bread slices, one at a time, into the bowl or plate, letting slices soak up egg mixture for a few seconds, then carefully turn to coat the other side. Soak/coat only as many slices as you will be cooking at one time.

Transfer bread slices to griddle or skillet, heating slowly until bottom is golden brown. Turn and brown the other side. Serve French toast hot with butter and syrup.

Back from the beach – French Toast

(8 servings)

Ingredients:

2 loaves sour dough bread - crusts removed
1 package cream cheese
1 Tablespoon sugar
1 tart apple
6 eggs
1 cup milk
1 and 1/2 teaspoon cinnamon
In a medium bowl, beat together eggs, milk and cinnamon.

Separately:

Cut bread in half and layer half in casserole dish. Pat on cream cheese. Sprinkle on sugar and slices of tart apple. Add rest of bread and repeat.

Pour mixture of eggs, milk and cinnamon over all. Bake at 180ºC for 35 minutes.

Perfect for family brunch.

Franse braaibrood stapel

'n Pragtige ontbyt bord met 'n twist.....

Maak Fransebrood deur eiers en melk te klits met 'n bietjie sout. Doop die snye brood daarin tot dit die melkmengsel geabsorbeer het. Braai in verhitte botter tot mooi bruin en bros.

Plaas dit nou as volg op die bord:

1. Brood
2. Gekrummelde Bloukaas
3. Brood
4. Repe Brosgebraaide Spek
5. Advokado inskyfies gesny.....of Ingemaakte Vye in skywe gesny.
6. "Drizzel" dan van die Vye stroop oor of gebruik lekker vars Heuning.

<u>28 November is national French toast day</u>

While this day of French toast recognition is now included on most food holiday calendars, it's origins may have only a fleeting connection to the breakfast dish. November 28th doesn't seem to hold any historical significance to the creation or popularity of French toast. It is very possible that the holiday stems from an old saying in the Eastern U.S. states. In anticipation of an impending snow storm (which coincides with the late November date), shoppers flocked to grocery stores to by staple items such as bread, milk, sugar and eggs. As these are the exact ingredients to make French toast, such shopping days became

Nathali se warm Milo nagereg

Heerlik vir 'n koue dag. Bedien met warm vla of op warmer dae bedien met room of roomys.

Metode:

Meng 1 Koppie Meel
¾ Koppie Melk
5 Eetlepels Olie
½ Teelepel Vanilla
3 Teelepels Bakpoeier
¾ Koppie Suikier
3 Eetlepels Milo (Kakao kan ook gebruik word)
¼ Teelepel sout
1 Eier

Stroop:

Meng 1 Koppie Kookwater
1 Koppie bruinsuiker
2 Eetlepels milo (Kakao kan weer ook hier gebruik word)

Klop Mengsel goed saam.
Skep in gesmeerde bakskottel.
Giet warm stroop oor en bak 30 minutes by 180ºC

Word bedien met warm vla
(Kan ook skeppie room of roomys bysit.)

Coconut ice sweets

(no bake sweets)

Ingredients:

350g Coconut (3.5 cups)
405g Sweetened condensed milk
350g Sieved icing sugar (3 cups) – also known as confectioners' sugar
½ Teaspoon of vanilla extract
2 drops of red food colouring

Method:

You will need a 24 cm cake tin that is about 4 cm deep. Line this with baking paper and grease it with a little butter.
Into a mixing bowl, add the coconut, condensed milk, vanilla extract and icing sugar and stir really well until all ingredients are combined.
Take half of the mixture and lay our flat and evenly in the tin.
Add the drops of food colouring to the other half.
Layer this over the white layer in the tin.
Refrigerate for a minimum of 2 hours. (It's better to make it the evening before and let it set overnight.)
Once set, cut into bite sized squares
and enjoy !

Marie se melktert resep

Bestandele:

5 Koppies melk
3 Eiers
1 Koppie meel
1 Koppie suiker
1 EL Botter
1 TL Vanilla
Knypie sout

Metode:

Plaas suiker, sout en botter saam met 3 koppies melk op lae hitte.
Meng die res van die melk, 3 eiergele en die meel saam.
Bring tot op kookpunt op medium hitte. Roer heeltyd.
Verwyder van hitte en gooi styf geklopte eierwitte en vanilla by.
Sit tennisbeskuitjies onder in tertbak, skep mengsel in
en strooi kaneel oor.
Eet en geniet.

Jam Drop Cookies...

Incredients:

2 cups flour
¼ lb butter
¾ cup castor sugar
2 eggs
¼ teaspoon salt
2 teaspoons baking powder

Method:

Cream butter and sugar. Add eggs. Add the dry ingredients. Roll into small balls and press a hole in the center. Drop a little jam in the center and bake in a hot oven for 10 minutes.

30 Day Muffin Mix...

This quick and easy muffin recipe is ideal because it allows you to have fresh muffins every day. Make the batter once and freeze it. Then defrost and bake as many muffins as you want and then freeze again.

Ingredients:

4 eggs
600g soft brown sugar
190ml sunflower oil
4 cups All Bran Flakes
1 litre milk
600g cake flour
5 tsp bicarbonate of soda
5ml salt
250g seedless raisins
5ml vanilla essence

Method:

Cream the eggs and sugar together, add the oil and beat well.
Add all the ingredients, raisins and vanilla, alternating with the milk.
Leave in the fridge overnight before baking.
Stir well before spooning into muffin pans.
Bake at 180ºC for 15-20 minutes.
Remove and cool.

Jean se floplose-Pannekoek

Meng 2 Koppies Meel
1 Teelepel Sout
4 Eiers
2 Koppies Melk
2 Koppies Water
4 Desert Lepels Olie

Gebruik ‘n klein plat pannetjie op die stoof.
Maak seker dat daar elke keer ‘n klein bietjie Olie onder in die pan gesit word voor elke gieting
Gooi elke keer net genoeg in om bodem van pan te bedek.

Plaat moet medium gestel wees sodat pannekoek nie vinnig aanbrand nie.

Wag tot jy die pannekoek kan lig en met ‘n plat spaan kan omdraai.

Bak die ander kant en haal af.

Die suiker mensel wat oor pannekoek gestrooi word voordat dit gerol word, is:
Suiker & Kaneel

Struisbaai wenk: *Laat staan pannekoek deeg so bietjie in die yskas vir ± 1 uur voor gebruik.*
Nie vereiste nie.

4 Minute Microwave Yoghurt Tart

Looking for something sweet, quick and easy? Then this one is fo
you.

Ingredients:

500 ml Bliss Yoghurt (flavour of your choice)
1 Condensed Milk
1 Packet Tennis Biscuits

Method:

Place a layer of biscuits in bottom of glass tart-dish.

Mix the yoghurt and condensed milk.
Pour over the biscuits and place in the microwave for 4 min. on high.

Then put in refrigerator for ± 1 ½ hours.

Cremora tert

Kors:
1 pak (200 g) Mariebeskuitjies, fyngemaak
100-125 ml gesmelte botter

Vulsel:
1 pak (250 g) Cremora-melkpoeier
125 ml (1/2 koppie) kookwater
1 blik (397 g) kondensmelk
125 ml (1/2 k) suurlemoensap

Metode:
Meng die beskuitjies en die gesmelte botter goed en druk in ‘n 23 cm-tertbord vas.
Los die melkpoeier in die kookwater op. Verkoel. Klits die kondensmelk en suurlemoensap saam. Voeg die opgeloste melkpoeier by en klits tot dik, romerig en wit. Skep die vulsel in die voorbereide kors en verkoel tot stewig.

Sponsors

- *WANT2STAY (Self Catering holiday accommodation in the Struisbaai, Agulhas and Suiderstrand areas and also elsewhere in South Africa. Book, or List with us.*
  www.want2stay.com

- *Check out also www.vakansieakkommodasie.co.za*

Disclaimer:
While all attempts have been made to verify information provided in this publication, neither the author [Johan] nor marketer [Want2Stay] assumes any responsibility for errors, omissions or contrary interpretations of the subject matter herein. These recipes were given through valid sources, but not all have been tested. The author and marketers are not liable or responsible for any incorrect information published in these recipes.