

# KRUMMEL VARKTJOPS



## KRUMMEL VARKTJOPS

### BESTANDELE

5-6 Loin Varktjops

150 ml sonneblom olie

1 Groot pak kaas en Uie skyfies fyngedruk

foelie Voorbereide oond van 180 grade C

Verf die varktjops liggies met olie aan beide kante

Sny die vetjie liggies af

Rol tjops in kaas en uie skyfies tot goed bedek

Pak in oondvaste bak en bedek met foelie en bak vir 45 min by 180 grade C

Verwyder foelie en bak verder tot mooi bruin

Marie Rheeder Troskie

Geskryf deur: jpetro