

SKENKELS MET ROOIWYN EN PORT



By Food lovers recipes

SKENKELS MET ROOIWYN EN PORT

2,5 – 3 kg skaapskenkels, in skywe gesaag

125 ml koekmeel

45 ml olie

2-3 knoffelbolle, deurgesny

375 ml rooiwyn

375 ml port

60 ml balsamiese asyn

60 ml heuning

Sout en swartpeper

Vars tiemie of roosmaryn

Voorverhit die oond tot 160 °C. Bestuif die skenkelskywe met meel en braai bruin in lotte. Skep uit in 'n oondbak sodat die vleis in 'n enkellaag lê. Druk die halwe knoffelbolle tussen die vleis in. Meng die rooiwyn, port, asyn en heuning en giet oor die vleis. Bedek en verkoel oornag. Geur met sout en peper drie tot vier uur voor ete. Maak die bak dig toe en bak vir twee uur. Haal die deksel af en verhoog die temperatuur tot 200°C. Bak oop vir nog 30 minute tot 'n uur, of tot die vleis sag en die sous dik en geurig is. Roer nou en dan. Sprinkel vars tiemie of roosmaryn oor en sit voor.

Genoeg vir 8-10 mense.

Jy kan die skenkels met skaapnek ook vervang- dis net so

lekker en jy kan dan die baktyd effens verkort.

WENK:

Jy kan hierdie ook 'n jou swartpot of Buksie-oondjie maak.

Resep en foto geplaas deur Heiner Lange