

# NAUDEA SE LEKKER LIESLAPPE



By Food lovers recipes

## NAUDEA SE LEKKER LIESLAPPE

Sny oortollige vliese en goeters wat nie lekker lyk nie af. Sout die vleis (ek gebruik Ina Paarman se smaakmiddels, Green Onion, Meatspice en Garlic & Herb).

Maak nou die sous aan wat bestaan uit

1 groot ui gerasper,

3 vet knoffelhuisies gerasper,

sap van 2 suurlemoene,

4 eetlepels worcestershire sous,

1 koppie gewone bruinsuiker nie die taai soort wat aanmekaar vassit nie en

1L Coke.

Meng die sous so bietjie en giet oor vleis en plaas in oond wat verhit is by 140 grade C (ek het thermofan oond). Na elke uur draai jy die vleis om en geur met die Ina Paarman soute na smaak en bedruip van die sous wat onder in die pan lê oor die vleis. Na so 5 ure was die lieslappe soos ek hulle wou hê en dit was 1.6kg vleis.

RESEP EN FOTO: Naudéa Visser