

FRIKKADELLE ALLES IN OOND – LEKKER LOS FRIKKADELLE



FRIKKADELLE ALLES IN OOND – LEKKER LOS FRIKKADELLE

1 ryp middelslag-tamatie
1 middelslag-ui
750 g gemaalde beesvleis
40 g (100ml) hawermout
150 ml melk
25 ml asyn
25 ml Worcestersous
7 ml sout
peper na smaak
knypie gedroogde tiemie
1 pakkie tamatiesoppoeier
500 ml water

Skil en kap die tamatie en ui fyn.

Voeg die maalvleis, hawermout, melk, asyn, Worcestersous, sout, peper en tiemie by en meng alles liggies saam met 'n groot tweetandvurk – moenie te veel meng nie.

Vorm 12 tot 14 groterige frikkadelle van die mengsel en plaas dit in 'n oondvaste bak met 'n deksel of in 'n dikboomkastrol. Meng die soppoeier en water en giet dit oor die rou frikkadelle. Sit die deksel op.

As dit in die oond gaargemaak word: Bak dit 60 tot 90 minute

by 180°C (350°F) en haal die deksel 'n kwartier voor die baktyd verstryk het af sodat die frikkadelle bo-op lekker bruinerig kan bak.

Huisgenoot Wenresepte Nr 3