

GAARMAAK VAN SOUTVLEIS



GAARMAAK VAN SOUTVLEIS

2 lourierblare / bay leaves

5 heel naeltjies

5 heel peperkorrels

1 ui in ringe gesny

3 wortels in ringe gesny

1 takkie pietersielie

15 ml bruinsuiker

10 ml mostert klaar aangemaak of 5 ml poeiermostert

genoeg water om die vleis toe te maak in die pot NOU:

sny die ui en die wortel in n pot gooi die lourierblare, pietersielie, naeltjies, peperkorrels, suiker en mostert op die uie en wortels sit die vleis in die pot en maak dit toe met water

nou vir elke 500g wat die vleis weeg, kook jy dit vir 30 minute op die stoof (my vleis het 1,5 kg geweeg en ek het dit stadig vir 90 minute gekook) haal die vleis uit die water en laat afkoel buite die yskas

draai nou die vleis toe in gladwrap en bere dit in n plastiekhouer in jou yskas – dit kan werklik baie lank hou in jou yskas

Geniet hierdie stukkie tradisionele vleis op brood of in n slaai.

Mostert en sweet chilliesous komplementeer die soutvleis.

BRON: Rooivleis by Marinda Kook.