

HOENDER EN SAMPIOENE IN BROCCOLI EN BLOMKOOL SOUS



By Food lovers recipes

HOENDER EN SAMPIOENE IN BROCCOLI EN BLOMKOOL SOUS

Resep vir 2 mense....Indien 3 as jy nie baie eet nie.

1 ui

2 tot 3 Hoender fillete in blokkies gesny

10 los groen bone

1/2 Broccoli

1/2 Blomkool

4 bruin sampione

2 eetlepels olie

1 telepel knoffel

250ml room

Sout en Peper

En 500gr pasta jou keuse

Braai ui en garlic in olie voeg hoender blokkies by braai tot bruin....Kook broccoli en cauliflower en bone tot gaar , voeg by hoender. Gooi room by en sout en peper tot jou eie smaak. Kook pasta en bon appetite.

Photo and recipe posted by Cecil Best