

STEFAANS SE BOERE BANTING ETE



TRIED & TESTED
By Food lovers recipes



STEFAANS SE BOERE BANTING ETE

RUMP ..pan gebraai in BOTTER en olyfolie

Saam met Gebraaide uie en mostertsous.

Eers op die VETkant, totdat dit lekker bruin is, ..

Die stoof op Nommer 4 gestel vir die hele proses..

DAN gooi man hulle plat en rond hulle af..

Tot so Medium RARE...

MURGSAG...

EN...

PATATS met kaas in die oond gebak..?

(Patats het ons eers saggekook, en toe gesny ek kaas ingepak, in die blaadjies, en bo op)

Dan gebak op 150 Grade tot die kaas begin bruin raak.

Foto en reserp: Stefaan BLaauw