

MARINADE: JOGURT OF SJERRIE



MARINADE: JOGURT OF SJERRIE

Wenk

Baie lekker as dit gebraai word oor die kole en genoeg vir 6 porsies

600 ml Joghurt -enige geur

1 medium ui – fyn gekap

1 huisie knoffel – gekneus

25 ml suurlemoensap

sout en peper na smaak

Plaas alle bestanddele in fles en skud goed tot deurgemeng.

Prik hoender met vurk en plaas in bak en giet marinade oor.

Marineer 8 ure of oornag in yskas – draai gereeld om

Braai oor lae hitte kole of in die oond.

WENK.

As die res van die marinade verhit gaan word om saam met die vleis voorgesit te word,

onthou dat joghurt maklik skif op hoe hitte. Roer 5 ml mielieblom in die mengsel.

Die joghurt marinade kan ook vir bees en skaap gebruik word.

Marinade vir Varktojps

75 ml sojasous

125 ml sjerrie

30 ml bruinsuiker

klein stukkie gerasperde gemmerwortel

OF

2 stukke gekapte gemmerkonfyt

1 knoffelhuisie fyn gedruk

sout

Meng bestanddele.

Marineer vleis oornag.