

PERI-PERI GARNALE EN CALAMARI BUISE



PERI-PERI GARNALE EN CALAMARI BUISE

Garnale en calamari buise saam met geel rys en cherry tamaties gerooster en rocket slaai blare.

Garnale en calamari – 12-24 word ingelê oornag in 125 ml peri-peri olie en 2 teelepels knoffel, meng so af en toe sodat garnale sous lekker kan intrek.

Braai garnale en calamari in so 3-4 eetlepels botter en 100 ml suurlemoen sap vir so 5-8 minute totdat vleis van kleur verander... afhangend van mens se smaak kan peri-peri spesery nog oor gesprinkel word.

Plaas in oond en rooster totdat doppe hard is so 3 min.

Rooster cherry tamaties wat gesprinkel is met olyf olie totdat vel oopbars of lekker gerooster is.

Gebruik sous van garnale om te bedien.

Bedien op geel rys en rocket as slaai.

Resep en Foto: Walter Bender