

# IDEES OM SPRINGBOKBOUD GAAR TE MAAK



## IDEES OM SPRINGBOKBOUD GAAR TE MAAK

Riëth Schoonbee:

Ek maak springbokboud vir Kersfees, enige raad dat dit nie droog gaan wees nie. Gaan dit in my prutpot (slowcooker) maak.

Babs van der Westhuizen:

Stop op met varkspek en knoffel in goeie hoeveelhede. Braai bruin aan albei kante, haal uit en sit in oondskottel. Braai uie in dieselfde olie, voeg suurlemoensap, Worcestersous en halwe koppie Old Brown sjerrie by en roer goed. Sit boud terug in pot, voeg kookwater by en speserye bestaande uit naeltjies, paprika, koljander en sout en peper asook tiemie. Laat kook stadig en draai boud gereeld om. Laat so vir 'n uur kook. Plaas boud in oondskottel, gooi sous oor en maak toe met foelie. Oond op 100°C en laat vir so 3-4 ure stadig bak. Proe net aan die sous of dit genoeg sout in het. Sodra die boud sag is, sit jy dit oor in bakplaat, smeer olyfolie met kwas aan en strooi vleisspeserye oor. Bak tot bruin. Worcestersous in die sousie werk ook nogal goed.

Ilse van Deventer:

Ons het die afgelope winter by ons slaghuis 'n springbokboud gekry wat opgestop was met knoffel, vet en spek met spesery oor en dan het hulle dit met netvet toegemaak. Ons het net weer 'n bietjie spesery en roosmaryn met bietjie olyfolie bo-

oor die netvet gesit en toe die boud in die weber gesit... daai vleis was sappig en sag!!! Sal nooit weer n springbokboud anders maak nie.

Michelle Theart:

Hang af hoe groot, maar gooi 2 bottels Griekse slaaisous oor! Al jou geurmiddels is daar in! Dis fantasties!

Noeline Boshoff-van der Walt:

Ek het ook slaaisous probeer en sal nooit weer iets anders gebruik nie. Dit is heerlik!

Ronelle Janse van Rensburg:

Ek laat lê myne oornag in ongegegeurde jogurt en rooiwyn. Volgende môre stop ek dit met spek, knoffel en naeltjies en bak dan.

Annatjie Cooper:

Stop met varkspek en druk ook so 2- 3 wortels in hom.

Willem van der Westhuizen:

Stoompot, dan hou dit die sappigheid, moet dit nie vol anderhande goed stop nie, behandel dit net met Jimmys sous! Ek kom uit die Kalahari uit!

Rina Kleinhans:

Lekkerder as hierdie een sal jy ver gaan soek, glo my vry!

<http://www.foodloversrecipes.com/2013/05/geurige-wildsboud/>

Marietjie Van Zyl:

Rina Kleinhans, absolute wenner! Ek het dit so leer maak by my ma!

Catherine Angelique Swarts:

Prop dit met bietjie skaapvet.

Kiti Citi:

As jy my ma se resep vir wildsboud (in bier, oornag in oond) gaargemaak het, eet jy nooit weer op 'n ander manier nie. Dis heerlik.

<http://www.foodloversrecipes.com/.../wildsboud-marinade.../>