

VYE KONFYT IN DIE MIKROGOLF



VYE KONFYT IN DIE MIKROGOLF

1 kg vye (± 40 vye), geskil en opgesny
60 ml suurlemoensap
5 ml fyn gemmer
3 koppies suiker

Sit vye in mikrogolf glasbak, ek het argilla bak gebruik.

Gooi suurlemoensap oor en mikrogolf vir 10 min.

Gooi suiker en gemmer oor en roer goed deur en mikrogolf vir 30 min ek roer na elke 10 min tot gestol.

Resep en foto: Isabel J Boltman