

IDEES MET HOENDER



IDEES MET HOENDER

Tahlitia Kraftt:

Bake in honey mustard salad dressing. I just pour it over my chicken and zip it in the air fryer or oven until cooked. If you can marinade it even better. I use the Knorr honey and mustard salad dressing.

Grobler Elna:

Ek verf net met olie en gooi garlic sout! Bak tot lekker crispy en bruin op 180 °C – Delicious!

Michelle Swart:

Laat lê hoender in karingmelk vir 'n paar uur of oornag. Rol dan in meel, eier en dan in broodkrummels of nog meel met speserye en kruie van keuse en bak in diep olie tot goudbruin.

Ronel Hinrichsen:

Sny uie in fyn skyfies en pak in oondpan waarin jy olie of vet of klapper olie gegooi het. Sny butternut in klein dun skyfies en gooi by. Voeg nou groenboontjies wat gekerf is by. Nou gooi jy 1-2 teelepels garlic en ginger (die nat mengsel) by en oor Worcestersous speserye, Spanish smoked paprika en vars gemaalde swart pepper. Voeg nou jou rou hoender stukke by. Vat nou jou hande en meng alles mooi. Sorg dat hoender goed gesmeer is met die olie en speserye. Maak oondpan toe met foelie, steek so 3 gatjies in die foelie en bak in oond by 180 °C vir so 2-3 ure tot alles mooi gaar en sag is. Laaste 10-15 min haal jy die foelie af en laat hoender mooi bruin bak; draai om en verbruin ander kant ook. Jy kan wortels en

aartappels en patats ook byvoeg. Heerlik net so of bedien op rys of saam broodrolletjies vir daai lekker sous. Die geheim is om vet van vorige varktjops of wors te gebruik. Dit gee heerlike geur aan die gereg.

Miemsie De Klerk:

Maak 'n rub: $\frac{1}{2}$ teelepel sout en peper, $\frac{1}{2}$ suurlemoenskil gerasper (zest), 1 teelepel knoffel, 2 teelepels vars roosmaryn, kap die roosmaryn fyn, meng al die bestanddele saam met die olie, vryf oor die hoender en bak in die oond in 'n pan, maak net die hoender toe met foil. (net soos jy dit sou gedoen het in 'n oondbaksakkie.) Sny suurlemoen in helfte en bak saam met die hoender in die pan tot gaar.

Miemsie De Klerk:

Heuning en mosterd hoender (maklik om te onthou souse is halwe koppies en speserye is 'n halwe teelepel)

$\frac{1}{2}$ koppie heuning

$\frac{1}{2}$ koppie mosterd

$\frac{1}{2}$ teelepel knoffel

$\frac{1}{2}$ teelepel paprika

$\frac{1}{2}$ teelepel Italiaanse speserye

sout en peper na smaak

Meng al die bestanddele saam, smeer/spuit 'n oondskottel vir jou hoender. Gooi bietjie sous onder in die oondskottel, plaas jou hoender daarin, heel of stukkies, gooi res van die sous bo-oor die hoender, maak seker die hoender is goed bedek, bak in oond tot gaar.

Anita Oosthuizen:

± 6-8 hoenderporsies

3 koppies water

1 koppie sojasous

1 koppie stroop

Kook tot goudbruin en gaar is.

Martie Brits:

Braai uie mengsel in botter tot net gaar:

1 ui

1 rooi rissie

1 koppie mushrooms.

Braai tot bruin weerskante:

6 hoenderporsies met hoender speserye.

Plaas 1 koppie bruinrys net so droog in casserole. Gooi een koppie gemengde groente blokkies oor. Sit hoenderporsies bo-op. Gooi cajun speserye. Meng uie mengsel met 3 koppies kookwater en twee hoender ekstrak blokkies. Gooi bo-oor en bak met 'n deksel op vir 1 tot 2 ure tot vog weg gegekook is. Bedien met slaai. Ekonomies en heerlik.

Charmaine Amery Kirsten:

Kfc hoender, ek kook my hoender half gaar, dan rol ek hul in eier, dan cream of chicken of mushroom sop poeiers, sit op 'n bakplaat wat met olie bedruip is en sprinkle olie oor elke hoender, bak in oond by so 160/180 °C draai gereeld om tot goudbruin bedien met potato wedges en room spinasie.

Betsie Pretorius:

Kook hoender fyn, braai uie, peppers en mushrooms en meng met noedels en pasta sous, strooi kaas bo-oor en bak in oond.

Anita Rittles Marks:

Oond vooraf aan by 180°C Strooi Minestrone sop poeier oor rou hoender porsies. 6-8 stukkie – 1 tot 1 'n half pakkie sop poeier gestrooi. (Kan aartappels byvoeg, indien nodig) voeg Fanta koeldrank by (dit moet hoender bedek), bak in oondbak bedek vir eerste uur tot hoender sag is, haal deksel af en bak verder tot sous effe verdik en hoender effe ge "grill", bedien met groente of slaai met Portuguese rolls of rys.

Rindie Smit:

3 eetlepels mayonnaise

3 eetlepels appelkooskonfyt

1 pakkie bruin uie soppoeier.

Meng alles goed saam en meng hoenderstukke daarin of smeer heelhoender, kort kort daarmee. Bak in die oond teen 180°C tot

hoender gaar en lekker bruin is.

Foto: AdamCloete