

IDEES MET HOENDERSTUKKE SONDER VEL



IDEES MET HOENDERSTUKKE SONDER VEL

Natalle Nienaber Marais

Ek het hoender stukke sonder vel, wat kan ek maak, lus vir bietjie anders as stir-fry.

Algemeen:

Wraps, Hoendersop, Butter chicken curry, Hoenderpastei, Chicken strips, Chicken al- la king, Maak slaai, Gordan blue, Hoender risotto, Hoender kerrie, Crumbed fillet, Nachos, Chicken satay, Chicken Kiev, Roti, Breyani, Hoender burgers, Hoender mayo blatjang gereg, Thai curry, Nuggets, Hoender Alfredo pasta, Chicken korma, Sweet sour chicken, Honey mustard chicken, Chicken and leek pie, KFC hoender, Salt and pepper fillet with potato and carrots, Chicken and spinach with roti, Dry masala chicken potato bake, Stroganoff, Enchilidas, Lekker dik hoender-groentesop.

Claudette Smith

Maak sous met tamatie sous, blatjang en sweet chili sous. Kap fillets bietjie platter. Braai in sous op plaat oor lae hitte.

Jessica Williams

Spice it, slice it open and put cheese in, then wrap bacon around it and pop it in the oven for so 20 minutes.

Lyzette De Beer

Met sampioen en bruin uiesop

Maak gaar met uie , sampioen, knoffel enige soetrisse, kook

brokkoli en of blomkool op. Maak witsous en meng alles saam, geur na smaak. Bak in oond tot gaar, gooi gerasperde kaas oor en laat smelt, ek gebruik sampioen blikkie sop i.p.v witsous en sampioene.

EJ Nel

Bak die hoender in 'n toe oondskottel met mayonnaise, klein uietjies of uie-skywe, aartappels, en klein worteltjies of skywe van aartappels en wortels. Moenie suinig wees met die mayonnaise, blatjang, bietjie mosterd poeier vir geur en watter speserye jy ookal van hou.

Margaret Dempsey Du Plessis

Stop hoender borsies met spek, sampioene en uie. Gooi kaas witsous oor.

Lollie Blossom

Saam met bietjie prawns 'n lekker Nasi Goreng.

Stephanie Kriel

In 'n pot braai jy 'n ui, 'n groen soetrisse en 'n pakkie sampioene. Gooi die hoender by, in repies gesny en braai tot gaar. In 'n beker meng jy een koffie beker vol mayonaise en 'n beker blatjang, 'n pakkie bruin uie sop poeier net so droog by en bietjie sout. As hoender gaar is, meng die mayo sous in en gooi alles dan saam en 'n pak gaar macaroni. Meng goed, skep in 'n oondbak en sit gerasperde kaas op en bak in oond tot kaas smelt. Maak baie kos en dis vullend en lekker.

Estelle Fourie

Stop met spinasie en feta, draai strip spek om steek vas met tandestokkie. Kerrie gemarineerde sosaties.

Riette Perold

Ek het gisteraand sommer my hoenderborsies lekker met spek toegedraai en op gesmeerde oondpan in oond gesit, as jy parmesan of mozerella by rasper net voor opdiening vinnig en maklik. Het patats in skywe gesny met olyfolie oor saam in oond gebak.

Joey Rheeder Henderson

Chicken schnitzels. Kap met vleis hammer aan beide kante. Klits 2 eiers goed saam met $\frac{1}{2}$ teelepel hoenderspice. Doop daarin en dan in broodkrummels. Laat rus vir $\frac{1}{2}$ uur in yskas.

Bak in olyf olie met 1 teelepel knoffelboter gemeng. Tot ligbruin aan albei kante. Hou plaat se hitte op medium. Sny skyfies kaas en plaas bo-op om te smelt. Bedien saam chips of rys en groente of slaai.

Albie Vermeulen

Sny halfpad oop en vul dit met ham en kaas, dan meng jy 'n pakkie potato bake met room en gooi bo-oor en bak in oond tot gaar.

Frikkie Jones

Stop dit met mozzarella en ui en sundried tomato. Bedek met krummels. Bak in oond met botter. Bedien met gremolata.

Justmine-Lee Jess Henderson

Chicken fritters: Sny hoender in fyn stukke dan sit jy kaas meel eiers sout en mayonnaise by en dan braai jy dit in n pan met biekie olie dis baie yummy.

Helene Wilke

Daardie witvleis maak jou lekkerste pastei. Kook vleis gaar met bietjie sout, maak 'n pak Simba BEEF chips fyn, roer by die hoender en skep in bak. Sit today se blaardeeg bo-op en bak tot deeg gaar is. Is die lekkerste hoenderpastei.

Chandré Louw Vul met peppadew en feta, draai spek om en bak in die oond tot gaar. Of kap dit, dip in eier, dan meel, weer eier en dan cornflakes se broodkrummels en braai in olie vir schnitzels.

Maretha du Plessis

Hoender en prawn kerrie of net gewone hoender met coconut en coriander.

Felene Bouwer – Chicken bake

Seal chicken both sides and place in baking dish. Fry onions and put over chicken. Mix together:

1 tin pea soup OR butternut soup

1 tub cream,

$\frac{1}{2}$ bottle mayonaise

1 cup mozzarella

1 cup cheddar

Pour over chicken and bake 1 hour at 150°C or 30 min at 180°C. Or till chicken is soft and tender. You can put more soup in to have more gravy. Serve with rice and peas or salad.

Lizelda Hope Mitchley

Sny in dik skywe, kap met 'n kombuis hammer plat, sit filling en kaas in, rol op, sit op bak plaat, smeer olive oil oor en bak. As dit gaar is, rasper 'n hople kaas op die bak plaat en plaas daar op vir 'n paar sekondes, doen aan ander kant ook.

Bianca Binxy Hayward

Kap dit plat en braai in 'n degie.

Zelda Ellis

Place in pot, cover with spices, cover with water and boil until done. Shred the chicken. Get yourself a packet of Royco chicken-a-la-king sauce. Brown onion, mushrooms and green pepper, add milk and sauce from packet as per instruction on packe, add chicken and simmer. Serve on rice. Delicious.

Aqeelah Slamdien

I braise 3 onions in real butter, nice and soft, then in a separate bowl I cube my chicken breast, add 4 teaspoons of tomato paste, fresh garlic and ginger and I buy butter chicken spice at my butcher, mix all well together and add to my onions in the pot, let it simmer for 20 minutes, and then add some fresh cream and danya (optional), simmer for further 10 minutes and all done, serve with white rice, roti or naan bread.

Annatjie Kotze

Ek sny in dun repies, doop in geklitste eier, rol in krummels met speserye wat ek self maak, sit die stukkies op koekrakkies in yskas vir 20 minute dat die krummels lekker vassit, dan deepfry ek dit vir paar minute in warm olie, haal uit sit op kombuis papier, bedien saam met geurige rys of aartappel skyfies, in sweet chillie doopsous, heerlik verby, probeer dit gerus, jy sal dit weer maak.

Cjr Van Niekerk

Annatjie Kotze Kan ook yskas water gebruik. Na ek die hoender so 3 ure marinade, dan dip ek dit in meel, dan die water dan

terug in die meel. Gee dieselfde kors vorm as KFC se hoender, nog net die speserye wat ek aan werk. O ja en die rou stukkies in krummes vries ook goed.

Why not stuff them with something interesting and slow cook with some small potatoes and veg.

Esté Kaltwasser Fouché

As dit bors stukkies is, maak gevulde borsies.

Neeltje Viljoen

Sny oop soos koevertjie, vul met pietersielie, kaas en uie, rol spek rondom, steek vas met stokkies, doop in eier en meel, braai vinnig in diep vet en sit dan in oond vir 'n paar minute. Heerlik sag en sappig.

Petro Tonkin

Sit in oond met spices tot lekker sag, vlok. Kap 'n groot pak swart sampoeene fyn, meng met hoender, voeg mayonaise by, net genoeg om te bind, meng gerasperde kaas by. Sit in oondbak, strooi paprika oor en bak. Heerlik met 'n groen slaai.

Amelia Gous

Hoender-pizza, plat gekapte hoender is die "base".

Clarise Van Niekerk Sny stuk oop en vul met kaas, spek, ens en Mozarella kaas bo-op en draai toe in foil, in die oond! YUM!

Martie Heinenmann

Thai Green Curry met egg noodles. Baie lekker!

Sindy Rossouw

Soos wat mens die bokse mince mate kry, kry ook een wat sê briyani. Dis super vinnig en baie lekker. Net hoender moet bygesit word.

Bianca Coetzee Vermeulen

Hoender pasta met 'n pakkie baked potatoe by as sous.

Charmaine van Zyl

Chicken snitzels wat jy daai hoender filette dan maak jy dit plat en gebruik dit vir hamburgers.

Ruth Scholtz

Slaan hoender bietjie plat. Braai sampioene en spek en meng met bietjie kaas. Sit op die hoender en rol toe en steek vas met tandestokkie en braai hoender tot gaar. Eet met slaai,

chips of gemengde groente.

Gerda Pienaar

Kom ek sê jou wat lekker is. My familie is mal daar oor. Jy sny hoender in stukkie soos jy stew maak. Ek gebruik gewoonlik die bors gedeelte, wat niks bene in nie. Kook dit vir so 15 min. Dan braai jy uie, green pepper, rooi peper en sampioene saam. Gooi een teelepel kerrie daar in. Braai 'n rukkie. Gooi die hoender daar in. Braai dit saam tot hoender gaar is. Laat afkoel, gooi mayonnaise daar in. En vat geel perskes in 'n blik sny dit daar in. Set met broodrolle. Dis baie lekker, probeer dit.