

# GARNALE MET PITTIGE RYS



*By Food lovers recipes*

## GARNALE MET PITTIGE RYS (PRAWNS)

Garnale:

12 king prawns, koppe af en “deveined”

knoffelbotter vir braai

1 teelepel pietersielie

1 teelepel gekneusde knoffel

Braai in groot pan tot pienk van kleur.

Pittige rys:

olie vir braai

1 ui, klein blokkies gesny

$\frac{1}{2}$  rooi soetrissie, in blokkies gesny

$\frac{1}{2}$  geel soetrissie, in blokkies gesny

handvol ertjies

2 koppies rys

2 hoender blokkies

4 koppies kookwater

$\frac{1}{2}$  eelepel komyn

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

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

rooi peper (peri-peri) na smaak en opsioneel

Braai ui, pepers (rooi, geel) 1 hoenderblokkie, paprika, peri-  
peri, komyn op hoog vi 3 – 5 min vir die geure om te meng en

blokkie gesmelt is.

Voeg rys en water, borrie ander hoender blokkie by en bring tot kookpunt.

Voeg ertjies by.

Kook op laag vir 15-20 min met deksel op.

Haal deksel af en prut tot rys gaar is en al die water weg gekook is.

Bedien die garnale op die rys, versier met bietjie vars pietersielie.

Resep en foto: Estelle Heathfield