

ROMERIGE EENPOTHOENDER



By Food lovers recipes

ROMERIGE EENPOTHOENDER

Ek deel graag die resep. Romerige eenpotoender, rys en groente. Maklik, vinnig en min skottelgoed (net reg vir 'n Maandagaand, die eerste aand van die week).

$\frac{1}{2}$ klein prei, gewas en gesny

2 hoenderborsies, in blokkies gesny

3 wortels, gewas en in blokkies gesny

$1\frac{1}{2}$ koppies rou rys

1 liter kookwater

2 hoenderekstrablokkies, gekrummel

1 teelepel droë tiemie

1 teelepel vars gemaalde peper

$\frac{1}{2}$ teelepel fyn witpeper

$\frac{3}{4}$ koppie bevrore ertjies

$\frac{3}{4}$ koppie bevrore mieliepitte/blikkie gedreineer

100 ml room

2 eetlepels suurroom

sout/peper/aromat na smaak

1 koppie kaas, gerasper

Braai hoender in olie tot ligbruin. Voeg preie by en braai nog 3-4 minute. Voeg wortels, rys, kookwater, hoenderekstrablokkies en geurmiddels by, en prut tot rys gaar is en ongeveer al die vloeistof ge-absorbeer is. Roer gevriesde groente, room, sout, peper, aromat en suurroom by,

prut nog 2-3 minute en gooi kaas oor. Bak by 140 °C in die oond totdat kaas gesmelt is.

Bedien net soos jy wil!

4-6 porsies (afhangend hoe honger die mense is...)

Resep en foto: Ilze Garbers Jacobs.