

HEERLIKE BOONTJIESOP



HEERLIKE BOONTJIESOP

BESTANDDELE

500 g suikerbone

250 g sopvleis

200 g aartappels

200 g spek

200 g uie

200 g tamaties, ryp gepluk (nie ryp gedruk nie)

10 ml botter

10 ml sout

2 ml swartpeper

$\frac{1}{2}$ ml Cayenne peper

10 ml bruinasyn

METODE

Week die bone oornag in 2l water. Bring dit die volgende oggend tot kookpunt en laat vir ongeveer 2 ure kook, totdat die bone maklik fyngedruk kan word.

Indien nodig, kan meer water bygevoeg word.

(Die beste is om die bone in die oond by 120°C gaar te maak ipv te kook, omdat dit maklik kan aanbrand.)

Sny die vleis en aartappels in blokkies en meng daarby.

Smelt botter in 'n pan en braai die spekblokkies liggies.

Voeg die uie daarby en braai tot ligbruin. Sny die tamaties in kleiner stukke, voeg by en kook kortliks.

Voeg nou al bogenoemde, saam met die kruie by die sop.

Kook dit goed en voeg nog kruie by indien nodig.

Bedien met vars bruinbrood.

Kan goed vries.

Vir die wat dalk nie weet nie, spek = bacon

Foto: Ansi Fourie Pypers Fourie