

SEEKOS POTJIE



SEEKOS POTJIE

Hou vis se kort gaarmaaktyd ingedagte en dat dit bederf word deur dit oorgaar te maak. Sorg dat die kole laag bly en moet nooit toelaat dat die inhoud van die potjie vinnig kook nie.

30 ml botter

300 g calamari ringe

1 rooi- en 1 groen soetrissie, ontpit en in skywe gesny
varsgemaalde swartpeper na smaak

2 $\frac{1}{2}$ koppies rou wit of bruin rys

750 ml vis of hoender aftreksel

1 kg visfilette, in porsies gesny

300 g knopiessampioene, in skywe gesny

2 ml droe origanum

400 g mossels in skulpe

30 ml olyfolie

2 groot uie gekap

3 knoffelhuisies gekneus

5 ml sout

5 ml paprika

250 ml bier

2 ml borrie

500 g garnale, onthaar en afgedop

250 g ertjies

2 ml droe gemengde kruie

Verhit die botter en olie in 'n gietyster pot en soteer die calamari sowat 2 min totdat dit ondeursigtig is. Haal uit die pot en hou eenkant. Plaas die uie, soetrissies en knoffel in die pot en soteer tot die uie deurskynend is. Geur met sout, peper en paprika. Roer die rys by. Verhit die aftreksel, bier en borrie. Pak die visporsies, calamari, garnale en sampioene in lae op die bestanddele in die pot en giet die verhitte vloeistof oor. Sit die deksel op en laat omtrent 30-45 min of tot die rys gaar is, stadig prut. Voeg ertjies, origanum en gemengde kruie by en sit weer die deksel op. Laat prut nog 5-10min.