

BEESVLEISPOTJIE



BEESVLEISPOTJIE

1 kg stowebeesvleis opgesny

Olie

1 groot ui opgesny

Vars kruie – roosmaryn, tiemie, sage

1 t fyn gemmer

2 t vleisspessery – steak en chops

2 e asyn

2 e sojasous

Sout/peper

4 groot aartappels geskil en gesny in stukke

4 groot wortels geskil en gesny in stukke of skywe

500 ml kookwater

Braai vleis in olie tot bietjie bruin

Voeg uie en kruie by en braai nog 10 minute en voeg kookwater by met sojasous, asyn, gemmer en spesery

Laat kook vir 1 1/2 uur

Pak laag wortels

Pak laag aartappels op vleis, strooi sout en peper oor

Kook tot groente sag is, voeg nog water by indien nodig.

Kan sous verdik met bietjie Bisto gemeng met water

Bedien met rys

Marie Dumas Jennings