

GEBRAAIDE RYS (OOK VIR PAELLA)



GEBRAAIDE RYS (OOK VIR PAELLA)

Fried Rice – Ook die basis vir my Paella a la Maria!

paar draadjies saffraan in $\frac{1}{4}$ koppie kookwater getrek

6 hoenderfilette, in okkerneutgrootte blokkies gesny en goed gegeur

2 groenpepers, in blokkies gesny

2 uie, fyn gekap

4 knoffelhuisies, fyn gekap

500 gram gesnyde sampioene

2 koppies jasmyn of basmatie rys

olyfolie en eetlepel botter vir braai van bestanddele

sout en peper na smaak

2 liter aftreksel, vis of hoender werk goed

Braai uie, knoffel, sampioene en groenpeper saam tot sag en geurig, soms sit ek steranys en fyngesnyde basilie en roosmaryn by vir geur maar dis nie noodsaaklik nie.

Skep die mengsel uit en hou eenkant.

Braai die hoender tot bruin en amper gaar.

Voeg uiemengsel by die hoender en braai nog so 2 minute.

Gooi die rys eweredig bo- oor die vleis en uie, net so rou.

Begin nou die aftreksel bietjies- bietjies byvoeg, elke keer nog as die rys die vloeistof geabsorbeer het. Hou jou hitte matig dat die rys nie brand nie.

Gooi die saffraan wat jy in kwart koppie kookwater getrek het by die rys wanneer jy so liter aftreksel oor het.

Tot hier kan jy maar met jou houtlepel roer.

Draai hitte nog laer en voeg die laaste liter by. Nou moet jy ophou roer, dit prut nou verder gaar en die rys maak 'n dekadente skil onder in jou pan of wok.

As die rys gaar is kan jy 'n hand vol vars pietersielie byvoeg en deurmeng. Die geur en groen doen net iets saam met die saffraan.

Hierdie resep is ook die basis vir my paella, maar net soms maak ek dit net tot hier. Jy kan verskillende variasies maak, steakrepies wat jy krummel en braai werk heerlik, churisio wors in wieletjies is 'n heerlik geurige opsie en as jy wil kan jy saam met die hoender visfilette bo-op jou rus gaar stoom vir die laaste 10 minute.

Sonder hierdie resep sou my lewe saai wees.

Resep: Dricus Bosman