

VEGETARIESE SOSATIES



VEGETARIESE SOSATIES

Ek het vir vanaand sommer die vegetariese sosaties gemaak met oorskiet bruin sampioene, uie stukkies en soet groenrissie stukkies, asook n bietjie salm roomkaas.

bruin sampioene

uie – in stukkies gesny

groenrissie – stukkies gesny

salm roomkaas

Aromat

knoffel vlokkies

Smeer die sampioen met die roomkaas en sny dit in stukkies. Ryg dan die uie, rissie en sampioene om die beurt op n sosatie stokkie en besprinkel dit met n bietjie olyfolie en aromat en knoffel vlokkies. Braai op die kole.

NOTA: Ek gaan dit oppie kole braai vir 'n rukkie en dan gaan hulle saam met 'n ontbeende gebraaide lamsribbetjie gedors word.

Resep en foto: Gideon Louw