

MIELIEPAP OP VYF MANIERE



MIELIEPAP OP VYF MANIERE

“Shirley Boshoff het ‘n oulike papresep opgesit vir die wat nie kan pap maak nie. Brilljante idee, ongelukkig was dit net ‘n foto. Hier is dit uitgetik maar met aanpassings soos ek in my kombuis maak. Ma Annatjie se kombuis – dis waar ek leer pap maak het!”

Vinnige mikrogolf stywe pap:

2 koppies meliameel

30 ml botter

4 koppies (1liter) warm water

5 ml sout

Roer al die bestanddele in ‘n mikrogolfvaste bak, niktogolf in mikrogolfoond vir 12 minute op hoog, roer elke twee minute met vurk. Roer meer botter in, na smaak. Kan langer in mikrogolf gesit word indien die smaak nog rou is, in een minuut sarsies.

ET se mikrogolf krummelpap:

Meng in glasbak (ene wat ‘n deksel het):

1 koppie droë meliameel

1 teelepel sout

Kook op hoog sonder deksel vir sowat vier minute terwyl jy elke minuut droë meliameel met vurk roer.

Gooi dan een koppie kookwater by die baie warm meliameel (dit borrel sommer, so wees versigtig) en roer deur met vurk. Sit glasdeksel op en kook vir vier minute terwyl jy elke minuut

met die vurk roer. Jy kan dit bietjie langer kook (ek het, want ek het drie koppies mielie-meel met drie koppies kookwater gedoen).

Onthou krummelpap vries perfek in 'n plastieksakkie as jy te veel gemaak het. Wanneer jy dit later opwarm na gevries, dan is dit lieflik los en krummelrig.

Slappap:

1 koppie mielie-meel

30 ml botter

4 koppies (1 liter) kookwater

5 ml sout

Kook water en sout, verwyder van stoof en voeg mielie-meel geleidelik by, roer met 'n draadklitser (help voorkom klonte). Kook ongeveer 30 minute op die laagste stelling op stoof, gebruik 'n trivet as jy een het (hitteverspreider). Voeg botter by na smaak. Bedien met melk of room en suiker.

Stywe pap:

2 koppies mielie-meel

3 koppies kookwater

5 ml sout

30 ml botter (of na smaak)

Kook water en sout, verwyder van stoof en voeg mielie-meel in geleidelike stroom by, roer met 'n papspaan of groot vurk. Kook ongeveer 45 minute op die laagste stelling op jou stoof, gebruik 'n trivet as jy een het (hitteverspreider). Voeg botter by na smaak. Bedien met melk of room en suiker, of met braaivleis en 'n tamatie-en-uiesous.

Krummelpap:

2½ koppies mielie-meel

1½ koppies kookwater

5 ml sout

30 ml botter (of na smaak)

Kook water, sout en botter, verwyder van stoof en voeg mielie-meel op een slag by in die middel. Begin roer met 'n groot vurk ('n kerfvurk werk goed). Sit terug op medium hitte,

die mengsel sal vinnig stol, en jy breek die knoppe/klonte met die vurk. Al die meel moet 'n bietjie water kry, anders sal dit nie behoorlik kook nie. Breek met tussenposes die klonte terwyl dit gaar word, kook vir ongeveer een uur op die laagste stelling op jou stoof, gebruik 'n trivet as jy een het (hitteverspreider). Bedien met melk of room en suiker, of met braaivleis en 'n tamatie-en-uiessous.

Translation

'PAP' FIVE WAYS

Quick micro 'pap':

2 cups maize flour

30 ml butter

4 cups (1 litre) hot water

5 ml salt

Stir in microwavable bowl, set to 12 minutes at high, stirring every two minutes.

Should be ready. Stir in more butter to taste. Can be microwaved longer if the taste is still raw, in one minute increments.

ET's microwave crumble 'pap':

Mix in glass bowl (one that has a lid):

1 cup dry maize flour

1 teaspoon salt

Cook on high without the lid for four minutes while you stir the dry maize meal with fork, every 60 seconds.

Then add one cup of boiling water to the very hot maize flour (it bubbles, so be careful) and stir with a fork. Cover with the glass lid and cook for four minutes while you mix every minute with the fork. If you make a larger quantity, it must be cooked longer (I did as I used three cups of maize flour with three cups boiling water).

Remember this pap freezes perfectly in a plastic bag if you have made too much. When you warm it later up next time, the crumb is beautiful loose and crumbly.

'Slap pap':

1 cup maize flour
30 ml butter
4 cups (1 litre) boiling water
5 ml salt

Boil water and salt, remove from stove and add maize meal in steady stream, stirring with a whisk (helps prevent lumps). Leave about 30 minutes on the lowest setting on your stove, use a riser if you have to. Add butter to taste. Serve with milk or cream and sugar.

Stiff 'pap':

2 cups maize flour
3 cups boiling water
5 ml salt
30 ml butter (or to taste)

Boil water and salt, remove from stove and add maize meal in steady stream, stirring with a 'pap spaan' or carving fork. Leave about 45 minutes on the lowest setting on your stove, use a riser if you have one. Add butter to taste. Serve with milk or cream and sugar, or with 'braai vleis' and a sheba sauce (tomato and onion).

Crumble 'pap':

2½ cups maize flour
1½ cups boiling water
5 ml salt
30 ml butter (or to taste)

Boil water, salt and butter, remove from stove and add maize all at once in the middle. Start stirring with a big fork (a carving fork works well). Put back on medium heat, the mixture will thicken quickly, and you break up the lumps with the fork. All the maize need to get some water otherwise it won't cook properly. Keep breaking up lumps during the cooking time, while leaving it on the lowest setting on your stove, use a riser if you have one. Cook for about 1 hour. Serve with milk or cream and sugar, or with 'braai vleis' and asSheba sauce (tomato and onion).

Idee: Shirley Boshoff

Plasing: Kiti Citi

Idee aangepas: Kiti Citi