

FOOD ON THE RUN!

Ek moet bieg : ek het nie die resepte vir die maand uitgetoets nie. Sien ek is 'n gebore Oos-Kapenaar en onse mense eet pap vir “brekies” nie vir “dinner” nie! My man is egter 'n vurige pap liefhebber en daarom weet ek die resepte sal ook by baie ander aanklank vind.

Krummelpap verrassing

Bestandele :

- 4 x 250ml krummelpap
- 500ml bruinbroodkrummels
- 5ml sout
- 250g botter
- 500g bladspek
- 500ml melk
- 8 eiers, geskei
- 285g blik geroomde sampioene
- 285g blik gesnipperde sampioene, gedreineer
- 500ml Cheddar kaas, gerasper
- 170g blikkie ingedampde melk

Metode :

Voorverhit die oond tot 180C en smeer 'n oondskottel. Meng die krummelpap, broodkrummels en sout, voeg die gesmelte botter by en meng goed. Braai die spek bros en krummel dit. Hou 'n bietjie van die spek vir garnering en voeg die res van die spek by die krummelpapmengsel. Klits die melk en eiergele saam en voeg dit en die sampioene en 350ml van die kaas by die mengsel. Skep dit in die oondskottel uit en bak dit vir ongeveer 'n uur lank. Sprinkel die res van die kaas en spek bo-oor en gooi die ingedampde melk oor. Plaas die gereg vir ongeveer 5 tot 10 minute terug in die oond. Bedien saam met braaivleis.

Dankie Gys vir die maand se resepte (wonder of hy dit al uitgetoets het????)

Ons wil almal aanmoedig om hulle eie beproefde resepte in te stuur – daardie ou staatmakers.

Stuur resepte aan my by : drocher@absamail.co.za

Daleen Rochér