



www.afrikaans.org.au

Skaapskenkelpotjie

100 ml olie
2 kg skaapskenkels
'n halwe groen soetrissie, gekap
1 groot ui, gekap
2 knoffelhuisies, gekneus
6 swoerdlose spekrepe, gekap
2 middelslag tamaties, gekap
2 biefekstrakblokkies
sout en swartpeper na smaak
250 ml witwyn
250 ml kookwater
5 wortels, geskil, in skywe gesny
12 klein aartappeltjies, gewas
5 murgpampoentjies, in skywe
400 g sampioene.

Verhit olie en braai vleis tot bruin. (Hoe bruiner die vleis gebraai word, hoe bruiner en ryker sal die sous wees.) Voeg die groenrissie, ui, knoffel en spek by en braai tot begin verbruin. Voeg tamaties by en roerbraai vir 5 minute. Voeg biefekstrak, geur- middels, witwyn en kookwater by en prut vir 'n uur. Voeg wortels en aartappels by en laat vir 20 minute prut. Voeg laastens die murgpampoentjies en sampioene by en laat vir 15 minute prut. Vul vloeistof aan, indien nodig.

Wenk: Moenie potjie tydens gaarmaakproses roer nie. Sit voor met rys, koring of potbrood.