



[www.afrikaans.org.au](http://www.afrikaans.org.au)

---

## TUNA ARTAPPELGEREG

1 Pakkie Royco (60g) dik wit groentesoppoeier

250 ml water

25g (30ml) margarien

30 ml koekmeelblom

250 ml melk

2 blikkies (200g) tunavis gedreineer en gevlok

800g (800ml) kapokaartappels

1. Smeer 'n oondvaste bak met 'n volume van 1.5 liter
2. Maak die soppoeier met water aan en prut vir minuut of twee.
3. Maak witsous van die 2 eetlepels margarien ,2 eetlepels koekmeelblom en melk.
4. Roer die witsous by die sopmengsel.
5. Voeg die tuna by en meng.
6. Skep die helfte van die kapokaartappels in die bak.
7. Skep die vismengsel bo-op.
8. Bedek dit met die res van die kapokaartappels.
9. Rooster dit in die oond totdat die aartappellaag begin verkleur.

Lewer 6 porsies.