

# FOOD ON THE RUN!

Terwyl dit nog lekker sonnige weer is, moet ons onse braaie en buitelig nog ten volle benut. En die uitgawe se resepie is ideal vir see en son. Ek moet bieg ek was maar skepies toe ek die resep die eerste keer gesien het. Die bestanddele het vir my na 'n bietjie snaakse kombinasie gelyk, maar ons is moes jonk en avontuurlistig en die resultaat : lippe-af-lek-lekker!!

## **Snoekbraai**

### **Bestandele vir sous :**

- 500 gram gesmelte margarien
- Meng die volgende saam voor dit by gesmelte margarien gegooi word.**
- 6 huisies knoffel (fyn gemaak )
- 1 tot 2 teelepels visspeserye
- 2 teelepels pietersielie (ek het al vars en gedroogde pietersielie gebruik en beide werk goed)
- 2 tot 3 eetlepels sojasous
- 100 ml witwyn
- 2 eetlepels suurlimoensap
- 3 eetlepels fyn appelkooskonfyt
- 2 eetlepels vrugte blatjang
- 2 eetlepels kookolie
- Knippie tiemie en knippie roosmaryn (vryf fyn)
- Knippie sout en peper nasmaak

### **Metode :**

Ons braai meestal die snoek net gewoonweg en smeer sousie gereeld aan. Die volgende metode het egter ook saam met die resep gekom vir die wat dit wil probeer.

Strooi snoek met growwe sout en los vir 2 ure. Was af in yswater. Prik snoek met vurk. Plaas foelie met blink kant na bo op een helfte van 'n oopslaan rooster. Smeer foelie met botter / margarien. Plaas snoek met velkant op foelie. Hou rooster oop en plaas op kole. Smeer sous gereeld met kwas aan snoek. Na 10 min. maak rooster toe en draai sodat snoek op kaal kole ook braai vir 'n paar minute. Draai weer om en maak rooster weer oop. Snoek behoort na 'n halfuur gaar te wees.

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

Stuur resepte aan my by : [drocher@absamail.co.za](mailto:drocher@absamail.co.za)

Daleen Rochér