

## Hoender op 'n stokkie met polenta-papballe.

Bedien 4 mense.

### Bestanddele:

- 1 kg hoedervlerkies
- 1 kg tamaties
- 250 g polentapap
- 4 Wortels
- 1 pakkie basiliekruitblare
- 250 ml Rooibaard Peri-Peri sous
- 250 g Panko broodkrummels
- 500 ml olie
- 100g suiker
- 3 eiers
- Lemoene
- Mikro-kruie vir versiering

### Ander:

- Ziplock-sakkies
- Sosatiestokkies

### Vorbereiding:

- Plaas stokkies in warm water om te verseker dat dit nie brand nie. Stokkies kan vir ongeveer 20 minute hier gelaat word.
- Plaas hoender saam met Rooibaard-sous in 'n Ziplock-sakkie om te marineer. Marineer vir tussen 20 minute en 'n paar ure.
- Plaas pot met water op die stoof en laat tot 'n kook punt kom. Die water moet die sakkie bedek. Verminder dan die hitte tot op laag.

### Metode:

#### *Hoender -*

- Plaas die sakkie met die hoender in die pot en posjeer vir 20 minute.
- Haal dan die hoender uit die sakkie en plaas op 'n bakplaat. Sit weer Rooibaard-sous op en bak vir 'n verdere 10 minute op 180°-celcius of totdat die hoender gekaramelliseer het.
- Plaas die hoender eenkant om af te koel.
- Haal stokkies uit die water en ryg die vlerkies een vir een op stokkies met basiliekruitblare tussen in.

#### *Polenta-papballe –*

### Kook die pap

- Bring water (250ml) in 'n aparte pot tot op kookpunt. Voeg ook 'n knippie sout daarby. Sodra water kook, kan hitte verstel word tot op laag.
- Voeg die polenta by. Roer aanhoudend vir 15 minute. As pap begin droog raak, voeg elke maal bietjie water by. Nie meer as 'n koppie in totaal nie.

- Skep pap uit en plaas eenkant om af te koel.

### **Maak die tamatiesmoor (relish)**

- Rasper wortels
- Sny tamaties in klein stukkes en voeg in warm pan
- Braai totdat tamaties sag is
- Voeg 100 g bruin suiker, sowel as die gerasperde wortels by
- Kook verder tot sag (jy wil graag 'n konfyttekstuur bereik). Die hele proses neem ongeveer 20 minute.
- Geur met sout en peper na smaak

### **Kry die bal aan die rol!**

- Klits 3 eiers. Plaas een kant.
- Skep pap, maak bolvorm, en vermeng met tamatiesmoor.
- Plaas papballe in eier en dan in broodkruimels.
- Plaas papballe in yskas vir 10 minute.
- Neem terug stoof toe. Bring 'n kastrol met olie tot by 'n kookpunt van ongeveer 160°-celcius.
- Braai tot goudbruin en sit dan eenkant.

### **Lemoenskyfies –**

- Skil jou lemoen
- Sny in segmente

Sit die hoendersosaties, papballe, en bydis van lemoenskyfies voor en geniet!