

Frikkadel-eenpotwonder! So maklik soos 1,2,3!

Bedien 6

Bestanddele:

- 1 kg wors
- 1 koppie bruinrys
- 250 g gedroogde appelkose
- 250 ml beesaftreksel
- 100 g rosyne
- 100 ml appelkoosblatjang
- Olie

Waarom wors waaruit die maalvleis gehaal word, eerder as om uit die staanspoor maalvleis te gebruik? Wors het meer smaak en werk die beste vir hierdie resepte!

Metode:

- Haal vleis van die wors uit derm uit, geur met sout en peper en maak klein frikkadelballetjies.
- Hou eenkant.
- Kook rys 80% gaar in twee koppies water. Hou eenkant.
- Al die bestanddele kom in een kasserol.
- Smeer die kasserol met 'n bietjie appelkoosblatjang. Plaas nou die frikkadelballetjies van die kante af in die bak totdat die bak vol is.
- Meng die appelkooskonfyt met die rys en skep dit oor die frikkadelle.
- Bedek die frikkadelle met beesaftreksel.
- Plaas gedroogde appelkose en rosyne bo-op.
- Bak vir 30 minute tot gaar.

Eet en geniet!