

Wat hast nedich?

Stikje bargefilet
1/2 wite Savoie; snijd en sean
2 snippere sipels
2 teantsjes knyflok
Jittik
1 komkommer
Sambal, kerry, sâlt en piper
Beferzen sopgrieten
2 kofje kopkes rys
2 stikken drûge woarst (lekker
oppeuzele)
1 flutske slachrjemme



Bargefleis mei rys wite koal, soere atjas komkommer en kerrystip!

Sa moatst it meitsje:

- Snij it bargefleis yn blokjes en bring der smaak oan mei kerry, piper, sâlt en sambal
- Snipperje de sipels yn lytse blokjes (sjoch tip yn it programma)
- Doch de komkommer troch twaen, ferwiderje de siedsjes en snij yn skyfkes
- Ferwaarmje ½ kopke jittik mei 1 kopke wetter en in teeleppl kerrypoeier
- Sied de komkommer yn it jittikwetter en lit it ôfkuolje.
- Sied de rys 8 minuten gear en lit it drûchstome
- Meitsje de oalje hjit, bak it fleis mei de sipels en de knyflok.
- Doch der in bytsje slachrjemme by en hâld it warm
- Meitsje de seane Savoie koal oan mei piper en kerry
- Meitsje in timballefoarmke riis: kofjekopke ynfetsje, seane rys deryn, oandrukke en út it kopke tikke.
- Lis alles op in panne

Lekker ite!