

EK VOEL soos 'n kat wat room gekry het, want my groentetuintjie daar neffens die swembad begin nou goed lyf kry. Net jammer van die paar warm dae hier oor die Kerstyd wat maar goed skade aangerig het. En die hond wat nou die dag daar bal gespeel het...

Ek kan julle nie vertel hoeveel plesier dit my verskaf om vroegoggend, nog so wanneer die dou aan die plante kleef, te gaan kyk wat daar te oes is nie. My ondervinding is dat wanneer 'n mens nie baie plek het nie, jy moet hou by 'n verskeidenheid blaargroentes soos baba-spinasie, roket en basilie. As jy dit eers geproe het, peusel jy maar langtand aan blare uit 'n plastieksak.

'n Groentetuin vra om onderhou te word. Ons wys op bl. 56 vir jou die ABC hiervan.

GROENTE-OONDSKOTTEL

Genoeg vir 6 mense
Bereiding: 15 minute
Gaarmaaktyd: 25-30 minute

Vir my bly groente wat jy so lekker grof opsny en dan in die oond druk verreweg die maklikste (en lekkerste) manier om groente te berei. Saam met 'n geurige kruiesous bly dit lekker en gesond eet op sy beste. Ek gee ook 'n resep vir 'n knoffelsous wat van fynaartappel gemaak word, wat ek jare gelede by Pamela Shippel gekry het toe sy nog hoof van Pick n Pay se kookskool was.

GROENTE

8 baba-beetjies, goed skoongeskrop en gehalveer
4 wortels, goed skoongeskrop en gehalveer
2 rooi-ue, geskil en in kwarte gesny
2 selderystingels, in lang repe gesny
1 klein botterskorsie, ontpit en in stukke gesny
60 ml olyfolie
growwe sout (ek verkies seesoutvlokkies) en vars gemaalde swartpeper
vars basilie vir garnering

Voorverhit die oond tot 200 °C. Rangskik die groente op 'n bak-

EET UIT JOU TUIN

GROENTE WAT JY SELF PLUK
OF UITSPIT, SMAAK ANDERS,
WANT DIS JOU EIE HANDE-
ARBEID WAT JY PROE



GROENTE-OONDSKOTTEL, SALSA VERDE EN KNOFFELSOUS

plaat en bedruip met net genoeg olyfolie om dit goed aan te klam, maar nie soveel dat die groente in die olie baai nie. Geur goed met sout en vars gemaalde swartpeper en bak 20-25 minute of tot net-net gaar en nog effens aan die bros kant. Sit voor met twee souse en ekstra vars basilie.

SALSA VERDE

'n Paar ansjovis-filette word by hierdie Italiaanse kruiesous inge-

kap. Die Argentynse maak 'n soortgelyke sousie (wat hulle chimichurri noem) met hoofsaaklik pietersielie, wat hulle graag by braaivleis voorsit.

2 knoffelhuisies, gekneus
5 agurkies, fyn gekap
3 stukkie ansjovisfilette, fyn gekap
10 kappertjiesade, fyn gekap
200 ml pietersielie, fyn gekap
250 ml vars basiliekruid, geskeur
sap en skil van een groot suurlemoen
60 ml parmesaankaas, gerasper

60 ml olyfolie
sout en vars gemaalde swartpeper

Meng alles bymekaar en hou verkoel.

KNOFFELSOUS

350 g aartappels
4 knoffelhuisies
60 ml vars pietersielie, fyn gekap
20 g roketblare
125 ml olyfolie
45 ml suurlemoensap