

Pynappel Resepte



*Beproefde en Getoetsde resepte deur Nicky Brecher
vir Wegro Farming (Pty) Ltd*

Inhoudsopgawe

Samoesas	3
Wortel sop.....	4
Plaatkoekies	5
Hoender lagies slaai	6
Mengelslaai	7
Pasta slaai.....	8
Hoender kebabs	9
Hoendervlerkies	10
Frikadelle.....	11
Lam potjie	12
Garnaal kerrie	13
Bees kortrib.....	14
Varklies.....	15
Lagies poeding	16
Kaaskoek	17
Brownies	18
Pavlova.....	19
Curd.....	20
Blatjang	21
Mojito.....	22

Pynappel Samoesas

Maak 8-10 samoesas

Deeg:

250 ml koekmeel
250 ml bruismeel
125 ml suurmilk
125 ml olie
3 ml sout

Meng alles , en knie goed tot dit 'n deeg vorm, en laat rus 15 minute.

Rol die helfte van die deeg so dun as moontlik in 'n reghoek uit van ongeveer 25 cm X 35 cm.

Sny in 5 lang repe.

Plaas vulsel op en rol driehoeks gewys op en seël met water en meel mengsel (15 ml meel gemeng met 15 ml water tot 'n gom).

Vulsel:

250 ml fyn gekapte pynappel
250 ml pitmielies
250 ml grasperde cheddar kaas
15 ml soetrissiesous
30 ml room
10 ml mielieblom
5 ml kerriepoeier
2 ml rissievlokkies

Meng room en mielieblom.

Meng al die ander bestanddele saam. Gooi mielieblom mengsel by, en meng goed.

Skep lepelsvol op samoesadeeg.

Bak in warm olie tot bruin en gaar.

Opsioneel: 'n handjievul koljanderblare, gekap kan by vulsel gevoeg word.



Pynappel en wortel sop

Bedien 4

250 ml gerasperde pynappel
500 g wortels gekap
1 groot ui, gekap
2 ml gerasperde vars gemmer
30 ml olyfolie
250 ml groente ekstrak
10 ml kerriepasta
3 ml komyn
5 ml suiker
150 ml klapperroom
Sout en Peper na smaak

Verhit olie in kastrol. Braai ui, gemmer, kerriepasta, en komyn oor medium hitte tot geurig. Strooi suiker oor en roer deur. Gooi wortels by, roerbraai vir een minuut en voeg groente ekstrak by. Laat prut tot wortels sag is.

Voeg pynappel en klapperroom by. Laat goed deur warm word.

Versap tot glad met staafmenger, en geur na smaak.

Garneer met vars pynappel, en bedien met croutons.



Pynappel plaatkoekies

Bedien 4 - 6

Karamelsous:

100 g botter
125 ml bruinsuiker
250 ml pynappel blokkies
125 ml karamelstroop
2 ml sout

Smelt botter in klein kastrol oor matige hitte. Voeg suiker by en roer tot gesmelt. Gooi pynappel, stroop en sout by en kook tot stroperig.

Deeg:

500 ml koekmeel
80 ml suiker
10 ml bakpoeier
5 ml koeksoda
3 ml sout
2 eiers
500 ml karringmelk
60 ml gesmelte botter
125 ml fyngekapte pynappel

Vir bediening: 8 repies gebraaide spek

Meng droë bestanddele in 'n mengbak. Klits eiers en karringmelk saam en vou in droë bestanddele in. Roer pynappel en botter in. Laat staan 5 min. Bak lepelsvol in braaipan oor matige hitte, tot goudbruin en gaar.

Stapel opmekaar met karamel en spek.

Bedien warm.



Pynappel en Hoender lagies slaai

Genoeg vir 8

4 hoenderborsies gegeur met Sout en Peper
10 ml olyfolie
30 ml gekapte sprietuie
250 ml Mayonnaise
4 hard gekookte eiers
220 g gegeurde maaskaas (na smaak)
250 ml fyngekapte pynappel
250 ml Cheddarkaas, gerasper
250 g spekblokkies, gebraai
300 ml fyngemaakte Bacon kips koekies
30 ml gesmelte botter

Verhit oond tot 180 grade Celsius.

Braai hoenderborsies in warm pan met olyfolie tot geseël.

Plaas in oond vir 25 min tot gaar. Laat afkoel.

Berei 'n ronde koekpan voor deur dit met dubbele laag kleefplastiek uit te voer.

Ontbeen die hoenderborsies en sny in klein stukkies. Meng met helfte van Mayonnaise, en sprietuie.

Rasper gekookte eiers, meng met helfte van maaskaas.

Roer res van Mayonnaise, en res van maaskaas saam tot goed gemeng.

Meng koekies met botter.

Samestelling: Plaas helfte van hoendermengsel onder in voorbereide pan. Smeer glad.

Strooi gerasperde kaas oor.

Plaas eiermengsel bo op, en smeer weer glad.

Sprinkel pynappel blokkies en spekstukkie bo oor.

Sit nou Mayonnaise en maaskaas mengsel oor en smeer weer glad.

Eindig met tweede helfte van hoendermengsel en laaste koekiekrummels.

Druk liggies vas. Vou kleefplastiek toe, en plaas in yskas vir 3 ure.

Keer uit op mooi opdienbord, en garneer met kruie en pynappel.



Pynappel Mengelslaai

Bedien 4

250 ml pynappelstukke (sny stronk uit)

1 avokado in stukke gesny

Vars baba spinasie

8 ryp aarbeie

125 ml bloubessies

2 skywe Feta kaas

Vars gemaalde swart peper

Balsemiek asyn reduksie

Voer mooi slaibord uit met spinasie.

Voeg res van die bestanddele by.

Sprinkel neute en sade van jou keuse oor (opsioneel) .

Bedien met Balsemiek asyn reduksie.



Pynappel pasta slaai

Bedien 2

300 ml rou skulpie noedels
Mini komkommer in blokkies gesny
Klein rooi uitjie, gekap
250 ml pynappel blokkies
1 blikkie Tuna stukke in water
125 ml grof gerasperde wortel
125 ml Mayonnaise of Burger sous na smaak
Geurmiddels na smaak
Vars pietersielie
Geroosterde pampoensade

Kook noedels tot al dente. Laat afkoel.
Meng solank die res van die bestanddele, en voeg afgekoelde noedels by.
Voeg meer sous by, as die slaai te droog lyk.
Meng alles goed deur en sprinkel vars pietersielie en sade oor.



Pynappel en hoender kebabs

8 kebabs

4 – 6 ontbeende hoenderdye

1 pynappel, ontkern en in 2cm x 2 cm stukkes gesny

12 reepe Streep spek

Rooi uie

Rooi, geel en groenrissie

Bedruipsous:

1 knoffelhuisie fyn gerasper

80 ml sojasous

50 ml heuning

60 ml vars versapte pynappel

80 ml olyfolie

40 ml suurlemoensap

10 ml donkerbruin suiker

Sny hoenderdye elk in 6 stukke.

Halveer spekrepe.

Skil rooi ui in lae af, en sny in 2cm x 2cm stukke.

Sny soetrissies ook in blokkies.

Vou halwe spekreep om elke pynappel blokkie. Maak 24.

Ryg 3 hoenderblokkies, drie pynappel en spek blokkies en gemengde soetrissie en ui stukkes op elke sosatienstokkie. Plaas in yskas tot benodig.

Meng al die sousbestanddele saam.

Braai kebabs oor matige kole tot gaar, bedruip gereeld met sous.



Pynappel hoendervlerkies

Bedien 6 vir voorgereg.

12 hoendervlerkies
30 ml sojasous
30 ml suurlemoensap
250 ml gerasperde pynappel
30 ml bruinsuiker
30 ml ryswyn asyn
30 ml soetrissie sous
2,5 ml rissievlokkies
Hoender speserye

Sny hoendervlerkies in 3 deur die litte.

Meng sojasous en suurlemoensap en gooi oor vlerkies, meng deur tot bedek en laat staan 10 min.

Meng res van die bestanddele om bedruipsous te maak.

Pak op braairooster, en braai 10 minute oor matige kole.

Bedruip nou goed met sous en draai elke 5 minute.

Verf elke keer as jy draai met sous.

Geur met speserye, en braai tot taaierig en gaar.



Pynappel frikadelle

Bedien 12

Hierdie resep het baie bestanddele en is bietjie moeite, maar is verseker dit werd.

Die resep kan met groot sukses verdubbel word vir groot groepe.

1 kg bees maalvleis
1 kg vark maalvleis
4 snye bruinbrood
2,5 ml witpeper
10 ml sout
2,5 ml naeltjies
2,5 ml koljander
2,5 ml komyn
3 ml borrie
2.5 ml gemmer
10 ml kerriepoeier
15 ml Worcestersous
125 ml fyngekapte uie
125 ml soet sjerrie

Verhit oond tot 180 grade Celsius.

Week brood in water en druk ekstra water uit.

Meng al die bestanddele saam. Rol in balletjies.

Rol in meel, en plaas op liggies gesmeerde bakplaat.

Bak 30 min tot gaar. Behou pan sappe.

Sous:

100 ml kookolie
2 groot uie fyngekap
5 heel naeltjies
5 skoon suurlemoenblare
10 ml sout
2,5 ml koljander
2,5 ml komyn
2 ml witpeper
30 ml Worcestersous
30 ml Tamatiesous
30 ml appelkooskonfyt
5 ml borrie
2.5 ml gemmer
10 ml kerriepasta (of poeier)
125 ml bruinsuiker
175 ml asyn
250 ml Sjerrie
1 hele pynappel fyngekap

Verhit olie in kastrol, braai uie, naeltjies en suurlemoenblare terwyl jy liggies roer.

Voeg al die ander bestanddele by, behalwe pynappel, en laat 5 min kook. Gooi pynappel by en laat kook nog 2 minute. Gooi pansappe by sousmengsel en roer deur. Skep frikadelle in lae met sous tussenin in kasserol bak en hou warm tot bedien.



Pynappel en Lam potjie

Bedien 6

1 kg gesnyde lamskenkels
Sout en Peper
50 ml olie
1 ui in skywe gesny
1 knoffelhuisie gekap
2 lourierblare
1 selderystingel gekap
5 ml suiker
500 ml water
2 blokkies karoolam vleisekstrak
1 blik gekapte tamaties
1 takkie roosmaryn
1 wortel gesny
6 baba aartappels gehalveer
1 koppie pynappelstukke
100 ml Ina Paarman Braisous

Geur die vleis. Verhit olie in ysterpot.

Braai vleis tot bruin aan alle kante.

Skep uit, en braai uie, knoffel, lourierblare, suiker en seldery tot uie sag is.

Gooi tamaties, vleisblokkies en water by.

Plaas vleis terug in sousmengsel, voeg roosmaryn by en prut vir ongeveer 2 ure of tot vleis sag is.

Gooi aartappels, wortel en pynappel by.

Gooi die braisous bo-oor, en prut tot groente sag is.

Bedien saam rys.



Pynappel Garnaal kerrie

Bedien 4

800 g skoongemaakte Jumbo garnale
30 g knoffelbotter
30 ml olyfolie
15 ml Briyani speserye
2 cm vars gemmerwortel fyn grasper
Kerrieblare
15 ml Kerriepasta
1 blik Indian Tomatoes
250 ml fyngekapte pynappel
165 ml klapperroom
Koljanderblare

Verhit olie en knoffelbotter saam in kastrol.

Braai speserye, kerrieblare en vars gemmer oor lae hitte.

Voeg kerrie pasta by en braai nog 1 min. Gooi tamaties by en laat prut liggies vir 15 minute, roer kort-kort.

Gooi garnale en pynappel by en prut 10 min.

Gooi klapperroom by en bring tot kookpunt.

Sprinkel koljanderblare oor indien verkies en bedien saam Basmati rys.



Pynappel Bees kortrib

Bedien 4

1 kg bees kortrib
Sout en Peper
1 gekapte medium ui
10 ml olyfolie
250 ml beesvleis ekstrak
250 ml pynappel verpulp in voedselverwerker
125 ml Teriyaki sous
15 ml tamatiepasta
30 ml bruinsuiker
2 cm vars gemmer gerasper
2 knoffelhuisies gekap
Vars gekapte spriet ui vir bediening.

Verhit oond tot 160 grade Celsius.

Verhit olie in oondbestande kastrol. Geur vleis en braai goed bruin.

Verwyder uit pan en braai ui, knoffel en gemmer.

Gooi res van bestanddele by. Plaas vleis terug in kastrol en indien nodig gooi water by tot vleis bedek is. Sit deksel op en plaas in oond vir 2 ure. Kyk na een uur of vog genoeg is, vul aan in dien nodig.

Haal deksel af en draai rooster element aan. Rooster tot glansend, bedruip met pansous. Sprinkel sprietuie oor.

Bedien met Polenta.



Pynappel varklies

Bedien 6

1.2 kg varklies, swoerd ingekeep
10 ml sout
30 ml olyfolie
Swartpeper

Verhit oond na 200 grade Celsius.

Vryf die varklies in met sout en laat staan 30 min.

Spoel af en droog met kombuispapier.

Plaas die vleis, vel ondertoe op 'n roosterrakkie van 'n roosterpan.

Sprinkel met olyfolie en maal swartpeper oor.

Rooster vir 30 minute.

Verlaag hitte na 180 grade Celsius en rooster nog 1 uur.

Draai vleis om, velkant bo en rooster tot vel bros en goudbruin is.

Bedien met Pynappel glaseersous.

Pynappel glaseersous

125 ml bruin suiker

80 ml asyn

2 steranys

1 kaneelstokkie

250 ml hoenderekstrak

250 ml gerasperde pynappel

Kook alles saam tot stroperig. Sit voor saam varklies.



Pynappel lagies poeding

Maak 6 glase.

250 ml tennisbeskuitjie krummels

50 ml botter gesmelt

3 ml rum geursel

1 houer gladde roomkaas

1 blik kondensmelk

1 blik room

Suurlemoensap

Pynappel jellie

125 ml grasperde pynappel

400 ml melk

15 ml suiker

30 ml vlapoeier

Room (opsioneel)

Maak jellie aan met kookwater volgens instruksies, laat die koue water uit en roer gerasperde pynappel in. Laat in yskas tot liggies gestol

Meng beskuitjie krummels met botter en meng rum geursel in

Meng roomkaas, kondensmelk, blikkie room en suurlemoensap tot mengsel verdik.

Maak vla van melk, suiker en vlapoeier. Laat koud word.

Gebruik 6 glase. Begin met 25 ml beskuitjiemengsel, dan roomkaas mengsel, jellie mengsel en vla. Herhaal die lae.

Klop room styf met bietjie suiker en garneer die glase met roomrosette.



Pynappel Kaaskoek

200 g Oreo koekies
30 ml gesmelte botter
500 g roomkaas by kamertemperatuur
30 ml koekmeel
10 ml vanielje
125 ml suurroom
375 ml strooisuiker
Skil van 1 suurlemoen
4 eiers

Verhit oond tot 140 grade Celsius.
Voer 'n losboom, mediumgrootte pan uit met bakpapier. Verkrummel koekies en gooi botter by. Meng goed. Druk styf vas op bodem van die koekpan. Klits die roomkaas tot glad. Voeg res van bestanddele by, en klits net tot alles glad en goed gemeng is. Gooi in voorbereide kors. Plaas pan op 'n bakplaat, en bak vir 55 min. Skakel oond af, maak die deur effens oop, en los kaaskoek in die oond tot afgekoel (dit voorkom krake). Plaas koek in yskas vir ten minste 4 ure. Ontvorm op 'n koekbord.

Bolaag
125 ml room
10 ml suiker
5 ml vanielje
250 ml fyngekapte pynappel
Knypie sout
100 ml suiker
15 ml vlapoeier

Verhit pynappel, sout en suiker tot suiker opgelos is, meng vlapoeier met 15 ml water tot glad, en roer by pynappelmengsel. Verlaag hitte en roer totdat dit begin kook. Haal af en koel af. Klop room, suiker en vanielje tot styf. Spuit 'n dekoratiewe rand om bo rand van koek. Vul die hele middelste gedeelte met Pynappel vulsel. Plaas in yskas tot gestol, ongeveer 30 minute. Bedien.



Pynappel Brownies

12 blokke

125 ml botter

2 plakke donker sjokolade

250 ml suiker

2 eiers

125 ml fyngekapte pynappel

250 ml koekmeel

5 ml bakpoeier

3 ml koeksoda

5 ml gerasperde lemoenskil

5 ml Vanielje

2.5 ml sout

250 ml gekapte makadamia neute.

Flake sjokolade vir garnering.

Verhit oond tot 180 grade Celsius.

Voer 'n vierkantige koekpan uit met bakpapier

Smelt botter en sjokolade oor matige hitte

Klits suiker en eiers saam tot lig, voeg gesmelte mengsel by.

Roer pynappel, meel, bakpoeier, vanielje, lemoenskil, koeksoda, sout en neute by. Meng goed.

Gooi in koekpan. Bak 30 minute. Mengsel moet nog klam wees in die middel.

Laat afkoel. Haal uit en sny versigtig in blokke.

Sif versiersuiker oor en krummel Flake sjokolade bo oor.

Bedien.



Pynapple gevulde Pavlova

6 eierwitte
375 ml suiker
30 ml mielieblom
7 ml asyn
5 ml vanielje geursel

Verhit oond tot 120 grade Celsius

Klits die eierwitte tot skuimerig en stywe punte vorm

Voeg suiker geleidelik by terwyl jy heelyd klits.

Voeg die asyn en vanielje by en klits nog 3 min.

Sif die mielieblom oor en vou versigtig in tot alles goed gemeng is.

Plaas op bakpapier in vorm van jou keuse. Vryhand, of met 'n spuitsak. Vorm 'n hoër rand.

Bak in die oond vir 90 min. Skakel oond af. Los in die oond en maak die deur op 'n skrefie oop.

Los in die oond tot heeltemal afgekoel.

Vul met styfgeklopte room waarby Pynappel Curd ingevou is. Garneer met vars of gedroogde pynappel skywe en ander vrugte van jou keuse.



Pynappel Curd

Lewer ongeveer 250 ml

2 eiers

2 eiergele

120 ml pynappelsap

125 ml suiker

30 ml mielieblom

50 g botter

Plaas al die bestanddele, behalwe botter in 'n kastrolletjie, en verhit oor matige hitte terwyl jy voortdurend roer, ongeveer 7 – 10 min. Die mengsel moet die agterkant van die lepel bedek. Verwyder van die hitte en klop die botter blokkies gewys in. Gooi in fles, en bewaar in yskas wanneer afgekoel.



Pynappel blatjang

Ongeveer 750 ml

125 ml fyngekapte ui
10 ml mosterdsade
125 ml heuning
100 ml suiker
125 ml witasyn
750 ml pynappels in blokkies gesny
1 rooi rissie gekap
10 ml kerriepoeier
3 ml gemmer
5 ml borrie
2 ml sout

Meng alles saam in swaarboom kastrol.

Bring tot kookpunt en roer gereeld. Verlaag tot medium en kook af, roer af en toe, vir ongeveer 20 minute

Bottel en bêre.



Pynappel Mojito

6 koppies gekapte pynappel
500 ml gepakte bruinsuiker
4 koppies water

500 ml gekapte pynappel
250 ml mint blare
30ml bruin suiker
250 ml wit rum
175 ml lemmetjiesap
Ys
Sodawater
Garnering

Bring pynappel en suiker en water tot kookpunt.

Laat afkook tot verminder, so 40 min

Gooi deur sif, en druk al die stroop uit.

Moet ongeveer 330 ml wees

In 'n groot beker, gooi die pynappel, suiker, en mint blare bymekaar. Kneus met stamper.

Roer die rum by, asook die lemmetjiesap.

Meng die pynappelstroop in.

Maak glase vol ys.

Skink half vol met pynappel mengsel en vul aan met sodawater.

Garneer met pynappel.

