

Smoked snoek pate

Very delicious traditional South African smoked snoek pate recipe.



prep time: 20 MINS

INGREDIENTS

- 300 gms smoked snoek bones removed and flaked (I had 300gms after bones removed so about 450 gms with bones)
- 250 gms cream cheese
- 4 Tbs / 1/4 cup sour cream or creme fraiche
- 1/4 cup finely grated mature Cheddar cheese
- 1 Tbs finely chopped parsley
- salt and freshly ground white pepper a generous amount - to taste
- 1-3 tsp good quality brandy try a teaspoon at a time to test - optional
- juice of 1/4 - 1/2 lemon - optional and to taste

INSTRUCTIONS

1. Put all the ingredients except the salt, pepper, brandy & lemon in a large bowl and mix by hand until you get to a fluffy paste-like texture. Add the salt, pepper, brandy, and lemon juice, tasting as you go to reach the flavour level that you like.
2. Serve with slices of bread, melba toast, or crackers.

author: SAM

1 cup 2,2dl

Chakalaka - Sydafrikanska stekta grönsaker med vita bönor

Av: Khadija Mohamud Från: Nyhetsmorgon

21 ingredienser 40 min

Lättstekta grönsaker som vänds ihop med vita bönor. En supergod rätt som passar när som helst, till exempel på en buffé. Det går utmärkt att förbereda den dagen innan.

Ingredienser

 4 portioner

2 förp färdigkokta små vita bönor (å 400 g)
1 gul lök
2 klyftor vitlök
1 röd paprika (liten)
1 grön paprika (liten)

0,5 purjolök, den vita delen
2 morötter
2 tomater
3 msk rapsolja
1 msk tomatpuré
0,5 tsk malen ingefära
0,5 tsk rökt paprikapulver
1 tsk torkad timjan
0,5 tsk cayennepeppar
1 grönsaksbuljongtärning
1 dl vatten
salt
svartpeppar, nymalen

Servering

2 msk färsk koriander, hackad
4 brödskivor, gärna av surdeg
2 avokador



Foto: Helén Pe

Gör så här

Skala och finhacka löken. Pressa vitlöken.

Kärna ur paprikorna och skär dem i strimlor. Strimla purjolöken. Skala morötterna och riv dem grovt på rivjärn. Skär tomaterna i bitar.

Hetta upp olja i en stekpanna och stek lök och vitlök en stund.

Tillsätt tomatpurén och fortsätt att steka under omrörning.

Blanda i de torra kryddorna och stek en liten stund till.

Lägg i morötter, purjolök, tomat och paprika. Smula ner buljongtärningen, häll i vattnet och låt sjuda i 15 minuter.

Vänd ner bönorna och smaka av med salt och peppar.

Rosta bröden. Dela och kärna ur avokadorna. Gröp ur fruktköttet och mosa det.

Bred avokadomoset på bröden. Lägg grönsaksröran ovanpå och toppa med koriander.

Bobotie

Ingredienser

500 g lammfärs, alt blandfärs

2 skivor torrt vitt bröd

1 gul lök

2 vitlöksklyftor

½ tsk malen kryddnejlika

2 tsk malen koriander

✓ 1 tsk malen spiskummin

✓ 2 tsk curry

olja till stekning

1 dl gula russin

1 burk mango chutney, 350 g

Salt och nymalen svartpeppar efter smak

6 ägg

1 dl mjölk

4-6 lagerblad

50 g flagad mandel

Gult ris

2-3 dl basmatiris + vatten enl paketet

2 tsk gurkmeja

1 kanelstång

1 tsk salt

Gör så här

1. Sätt ugnen på 200 grader.

2. Kantskär brödet och lägg det i blöt i lite vatten.

Tips!

3. Mortla hela kryddor så får du mer smak på rätten.

4. Hacka lök och vitlök och fräs tillsammans med kryddorna i oljan ett par minuter under omrörning.

5. Tillsätt färsen och bryn den så den får färg.

6. Smula i brödet och tillsätt russin och ½ dl av mango chutneyn och låt det fräsa ihop ett par minuter. Smaka av med salt och peppar.

7. Smörj en ugnform och lägg i färsblandningen och platta till lite.

8. Vispa ihop ägg och mjölk och häll över.

9. Placera ut lagerbladen och strö på den flagade mandeln.

10. Grädda ca 25 minuter tills äggstanningen stelnat.

11. Koka under tiden risen enligt paketet med gurkmeja och kanelstång.

Servering

12. Rör ihop resten av mango chutneyn med tärnad mango och chili och servera det till.

Malvapudding

Ingredienser

- Pudding:
- 2 msk rumstempererat smör
- 2 msk apelsinmarmelad
- 1,5 dl socker
- 1,25 dl mjölk
- 1 ägg
- 1,25 dl vetemjöl
- 0,5 tsk vitvinsvinäger
- 0,5 tsk bikarbonat
- Vaniljsås
- 2 dl grädde
- 3 dl mjölk
- 3 msk socker
- 2 msk smör
- 1 vaniljstång
-
- Värm ugnen till 200 grader.
- Vispa samman smör, marmelad och socker till puddingen. Tillsätt under vispning ägg, mjölk och vetemjöl, till sist vitvinsvinäger och bikarbonat.
- Häll i smorda portionsformar och grädda i mitten av ugnen ca 15 minuter.
- Koka upp grädde, mjölk, socker och smör till såsen. Blanda sist ner innehållet från den urskrapade vaniljstången. Låt svalna.
- Stjälp upp puddingarna och häll såsen över dem. Stick små hål i dem med en tandpetare så att all sås absorberas.