



מתכון לדגים חריפים סנדרה דידי | גבעסול תעשיות

“שנהיה לראש ולא לזנב”

מצרכים

- 4 דגי אמנון (פילה או שלם)
- חבילת כוסברה טרייה קצוצה
- 6-10 שיני שום פרוסות
- 1 פלפל גמבה אדומה חתוכה לרצועות
- 4-6 פלפלים חריפים חתוכים לרצועות
- 10 עגבניות טריות חתוכות בקוביות
- 1/2 קופסא של רסק עגבניות (קטן)
- 1/2 כוס שמן קנולה או חמניות
- חצי לימון פרוס לפלחים
- חופן גרגרי חמוס (שהושרו במים כמה שעות או מקופסת שימורים).
- תיבול: 1 כף פפריקה מתוקה, 1/2 כף פפריקה חריפה ומלח לפי הטעם.

אופן ההכנה

- בסיר שטוח ורחב (סיר סוטז') לשפוך את השמן ולסדר בשכבות את כל הירקות והחמוס.
- להוסיף כחצי כוס מים ולבשל את החמוס על אש בנונית עד שיתרכך מעט. במידה וחסר מים יש להוסיף בהדרגה (הרוטב צריך להיות סמיך).
- מוסיפים את הדגים מלמעלה ומעבירים עם כף חלק מהרוטב מעל הדגים.
- מכסים את הסיר ומבשלים על אש קטנה כשעה.

בתאבון!