



Barramundi

ברמונדי  
ישראלי

טרי, נשדני, עסיסי



# ברמונדי ישראלי צדוב ורוטב עדין | מערכת FOODY | פנינה דרויש | 'הדייגים' אשדוד

⌚ זמן הכנה: 45 דק' 🍴 מס' סועדים: 4

## אופן הכנה

- בסיר גדול ורחב מחממים מעט שמן קנולה, מוסיפים את הגזר עם הפלפלים והשום הפרוס, מוסיפים את התבלינים ומערבבים היטב עד להשחמה קלה
- מוסיפים את הדגים, וצורבים אותם מ-2 הצדדים
- מנמיכים את האש, מוסיפים לימון כבוש ננסי חתוך דק וכוסברה
- מכינים בכוס בצד 1/2 כוס שמן עם 3 כפות פפריקה מתוקה או חריפה, מערבבים היטב ושופכים מעל הדג
- מכסים את הסיר ומבשלים כ-15 דקות על אש קטנה

## מצדנים

- 6 פילה ברמונדי ישראלי
- צדור כוסברה קצוצה
- 10 שיני שום קלופות ופרוסות
- גזר, חתוך לקוביות
- 1/2 כוס שמן
- 3 כפות פפריקה מתוקה, או חריפה
- 1/2 כפית סוכר חום
- פלפל חריף ירוק, קצוץ
- פלפל חריף אדום, קצוץ
- קורט פלפל גרוס
- קורט מלח
- כף לימון כבוש קצוץ, אפשר גם ממרח