

רכיבים:

1 קילו תמנון - אחד גדול או כמה קטנים

כוס שמן זית

מיץ מלימון אחד

1 שום כתוש

1 צרור פטרוזיליה - עלים בלבד, קצוצים דק

מלח פלפל

אופן ההכנה:

1. מנקים את התמנון: מוציאים ונפטרים מהאברים הפנימיים (הופכים את הגוף כמו גרב מבלי לנתק מהזרועות), נפטרים מה"מקור" (הפה שנמצא בין הזרועות) ומהעיניים.

2. מביאים לרתיחה בסיר עם מים מומלחים. מכניסים את התמנון לסיר תוך שאוחזים בגוף ובהדרגה מכניסים את הזרועות והגוף לבסוף. מכסים את לסיר ומבשלים 45-60 דקות, תלוי בגודל התמנון. בודקים את רכות התמנון בנעיצת קיסם בחלק העבה של אחת הזרועות, הקיסם אמור לחדור בקלות.

3. בינתיים טורפים בקערה את השמן, מיץ הלימון, השום והפטרוזיליה.

4. מוציאים את התמנון מהסיר ומעבירים לקערת הגשה. מפלפלים ויוצקים על התמנון את רוטב השמן. מניחים בצד לשעה לפחות.