

רכיבים:

3 דגים (לפי בחירה) בגודל של מושט או לפי מס סועדים, חתוכים לרצועות רחבות

3 תפוחי אדמה בינוניים קלופים ופרוסים לפרוסות של כ- 1 - 1/2 ס"מ

2 גזרים חתוכים לפרוסות או רצועות

1 - 1/2 כוס גרגירי חומס שהושרו לילה קודם במים ותפחו (אפשר מקופסת שימורים)

2 גמבה חתוכים לרצועות למי שאוהב אפשר להחליף גמבה אחת במספר פלפלים אדומים חריפים מיובשים או טריים לפי הטעם

4-5 פרוסות לימון כבוש חתוכות לרבעים

1 ראש שום מקולף

כמות נדיבה של פטרוזיליה וכוסברה קצוצים גס

1 כף פפריקה מתוקה איכותית

1 כף פפריקה חריפה (לא חובה)

מעט כורכום (לפיזור מעל הדג)

קורט מלח

1 כוס שמן

אופן ההכנה:

1. לפזר על הדגים מלח גס ולהשרות לפחות לשעה אחת (או להכין בלילה קודם ולהשיר במקרר עד להכנה), לאחר מכן לשטוף את הדגים היטב במים.

2. לתוך כוס השמן לערבב את שני סוגי הפפריקה ולהניח בצד למיזוג טעמים וחיזוק הצבע האדום, אם משתמשים בפלפלים יבשים יש להשרותן במים לפני השימוש עד שיתרככו.

3. בתוך סיר רחב ושטוח לפזר שיכבה של החומוס, הפלפל, הגזר, הלימון והשום (אפשר לכתוש חלק משיני השום וחלק להשאיר שלמים) וחלק מהפטרוזיליה וכוסברה.

4. מעל שכבת הירקות להניח את פרוסות הדג כשהעור כלפי מעלה, לפזר מעל הדג כורכום, פפריקה

מתוקה ומלח (יש לשים לב לא להרבות במלח, כי הדג הושרה קודם לכן במלח).

5. לפזר מעל את יתרת הפטרוזיליה והכוסברה, למלא מים בזהירות מהצד כדי לא לשטוף את התיבול מעל הדג, עד שכמעט מגיע לעור של הדג, צריך להיות פחות שלא יציף את התיבול.

6. לכסות את הסיר ולבשל על להבה גבוהה עד לרתיחה.

כשרותח יש להקטין את הלהבה מעט ולבשל מכוסה כ-10 דקות נוספות ולהוריד מכסה. מכאן זה יתבשל לאורך כל הזמן ללא מכסה, על אש בינונית, לא רתיחה חזקה, אך יש ביעבוע מתמיד.

7. כרבע שעה לאחר תחילת הבישול, יש להוסיף את תערובת השמן האדום. כשדואגים כל הזמן לערבב את הרוטב על ידי הרמת הסיר באוויר והטייתו מצד לצד ומדי פעם לקחת מהרוטב בעזרת כף ולצקת על הדג מלמעלה לטעום ולתקן מליחות. (יש חשיבות מרובה, ליציקת הרוטב מעל הדג במהלך הבישול, זה מאפשר לדג להמשיך לספוג טעמים מהרוטב למרות שכבר אינו טובל בו).

אין לגעת בדג מלמעלה, כדי שכל התיבול יישאר צמוד לבשר הדג. יותר ליופי, כי את הטעם הוא מקבל מהבישול הממושך ברוטב.

8. ממשיכים לבשל על אש בינונית עד שהמים מצטמצמים לכדי שליש.

9. מנמיכים את האש למינימום וממשיכים את הבישול. לא לשכוח, מדי פעם לקחת מהרוטב ולצקת מעל הדג.

10. אם רוצים כמות גדולה של רוטב, אפשר לסיים את הבישול בשלב זה. ואם לא, יש להמשיך את

הבישול האיטי, עד להתאיידות כמעט כל הנוזלים ומה שישאר בתחתית הסיר יהיה רק השמן