

רכיבים:

1 חב' נתחי דג נסיכת הנילוס - מושרים בלימון ומלח, למשך שעה

6-8 שיני שום פרוסות

1 בצל גדול - קוביות

פלפל אדום יבש

1 גמבה חתוכה לקוביות

1 פלפל ירוק חתוך לקוביות

1 פלפל צהוב או כתום חתוך לקוביות

3-4 גזרים

פרוסות עגולות סלרי אמריקאי חתוך לקוביות

½ צחור כוסברה קצוצה

קופסה קטנה של רסק עגבניות

1 + ½ כפית סוכר

פפריקה חריפה

פפריקה מתוקה

כורכום

מלח

פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. בסיר גדול מחממים שמן ומטגנים את הבצל והשום רק עד ששקוף.

2. מוסיפים את הפלפל החריף ומטגנים מעט.

3. מוסיפים את הגמבה, הפלפלים, הגזרים, הסלרי והכוסברה.

4. מוסיפים את רסק העגבניות, את הסוכר ומים לכיסוי הירקות.

5. מוסיפים את התבלינים: שני סוגי הפפריקה, הכורכום, המלח והפלפל, לפי הטעם האישי. מבשלים 15-20 דקות, עד שמסמיך.

6. מניחים את נתחי הדג בסיר. מכסים אותם עם הירקות והרוטב. מוסיפים שמן ומים ומבשלים 20-30 דקות נוספות, עם מכסה סגור. הערה: במידה ובסוף הבישול נשארים הרבה נוזלים, ניתן לבשל מס' דקות נוספות עם מכסה פתוח.