

רכיבים:

½ ק"ג פילה טונה

2½ כפות חמאה או ½ כוס שמן זית

½ כפית שום כתוש

½ פלפל אדום חתוך לפרוסות דקות

½ פלפל ירוק חתוך לפרוסות דקות

גזר קטן חתוך לפרוסות דקות

בצל קטן חתוך

¼ כוס צימוקים

¼ כוס קוביות אננס

¼ כוס יין אדום מתוק

כף סוכר

קורט פלפל

קורט מלח

½ כפית פלפל שטה גרוס

3 כפות רוטב סויה

כפית אבקת מרק

אופן ההכנה:

1. מטגנים את הדג חצי טיגון ומניחים בצד.

2. מטגנים את כל הירקות עם השום הכתוש כ 2 דקות.

3. מוסיפים את התבלינים היבשים ומערבבים.

4. מוסיפים את הרטוב סויה ואהיין האדום.

5. מכניסים את הדג לרטוב לבישול עוד כ 10 דקות.

6. מוציאים מהתנור, מקררים מעט ומגישים.