רכיבים:

מוסר במשקל 2 קילו

¾ כוס שמן זית

6 בצלים בינוניים, חצויים לאורך ופרוסים

10 שיני שום שלמות

2 פלפלים אדומים חריפים, קטנים וטריים, פרוסים

6 עגבניות בשלות, קצוצות גס

כף רסק עגבניות, מדולל במעט מים חמים

זר בינוני פטרוזיליה, קצוץ בינוני

2 כפיות מלח דק

3 לימונים

כף כורכום

כפית כמון

כף מלח גס

½ כוס צנוברים קלויים

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור לחום של 180 מעלות צלזיוס.

2. מניחים את הדג בצלחת אובאלית חסינת חום או תבנית שמכילה את הדג.

3. מחממים את השמן במחבת על להבה בינונית, ומטגנים בה את פרוסות הבצלים, עד שהן מתחילות להיות שקופות. מוסיפים את שיני השום, הפלפלים האדומים ללא הגרעינים, העגבניות, רסק העגבניות המדולל, הפטרוזיליה והמלח.

4. מבשלים חמש דקות נוספות ושופכים על הדג שבתבנית.

5. סוחטים את הלימונים, מוסיפים למיץ את הכורכום והכמון, ומערבבים היטב במזלג. משלימים מים עד לסוף הכוס, ומוסיפים עוד כוס מים. מערבבים ושופכים על הדג.

6. מפזרים מלח גס על הדג.

7. מכניסים לתנור, למדף המרכזי ביותר, למשך כחצי שעה. מדי פעם פותחים את התנור, ומרטיבים את הדג ברוטב שבתבנית. אם הרוטב מתייבש מהר בזמן האפייה, אפשר להוסיף מעט מים לתבנית