

רכיבים:

1 בטטה קטנה

1 דג סול קופוא

2 כפיות חماءה

1 כף מיז לימוז

אופן ההכנה:

1. במידה ודג הסול קופוא, יש להפזרו.

2. ממייסים את החמאה במחבת קטנה ומניחים את נתח הדג.
3. לאחר מספר דקות, הופכים את הדג על צידו השני, מוסיפים את הלימוזן, מכסים במכסה ומניחים לדג להתבשל, עד שבשרו הופך לבן והוא מבושל היטב. (חמש דקות בישול על כל צד).
4. שוטפים וקופלים את הבטטה.
5. פורסים ומבללים את הבטטה במים במשך 10 דקות, עד שהיא מתרככת.
6. מעבירים את הדג ואת הבטטה למאבד מזון, מוסיפים כפית חמאה ומאבדים למיחית חילקה.