סדנה־לי

דג מרוקאי עם חומוס ופלפלים ברוטב אדום

כמות	הכנה	בישול / אפייה	זמן כולל
4 מנות	**20 דקות**	**35 דקות**	**55 דקות**

ציוד: סוטאז׳ רחב עם מכסה

מצרכים

- ☐ 700 גרם פילה דג לבן, נקי מעצמות
- ☐ פלפל אדום ברצועות
- ☐ פלפל ירוק ברצועות
- ☐ 400 גרם עגבניות מרוסקות
- ☐ 240 גרם חומוס מבושל ומסונן
- ☐ 6 שיני שום פרוסות
- ☐ 3 כפות שמן זית
- ☐ כף פפריקה מתוקה
- ☐ חצי כפית כמון
- ☐ רבע כפית צ׳ילי, לפי הטעם
- ☐ 200 מ״ל מים
- ☐ צרור קטן כוסברה קצוצה
- ☐ שלושת רבעי כפית מלח

אופן ההכנה

1. מחממים שמן בסוטאז׳. מאדים פלפלים 6 דקות ומוסיפים שום לחצי דקה.

2. מוסיפים פפריקה, כמון וצ׳ילי ומיד עגבניות ומים. מוסיפים חומוס ומלח ומבשלים מכוסה 15 דקות על אש קטנה.

3. מניחים את הדג ברוטב בשכבה אחת ומפזרים כוסברה. מכסים ומבשלים בבעבוע עדין 10–14 דקות, עד 63 מעלות בחלק העבה.

4. אם הרוטב דליל, מוציאים דגים לצלחת ומצמצמים אותו כמה דקות ללא מכסה. מחזירים בעדינות ומגישים.