סדנה־לי

דג ברוטב עגבניות עם זיתים ושום

כמות	הכנה	בישול / אפייה	זמן כולל
4 מנות	**15 דקות**	**25 דקות**	**40 דקות**

ציוד: סוטאז׳ עם מכסה

מצרכים

- ☐ 700 גרם פילה דג לבן
- ☐ 400 גרם עגבניות מרוסקות
- ☐ 80 גרם זיתים מגולענים פרוסים
- ☐ בצל קצוץ
- ☐ 2 שיני שום פרוסות
- ☐ 2 כפות שמן זית
- ☐ 100 מ״ל מים
- ☐ כפית אורגנו
- ☐ רבע כפית מלח, לפי הצורך
- ☐ רבע כפית פלפל
- ☐ 2 כפות בזיליקום קצוץ

אופן ההכנה

1. מאדים בצל בשמן 5 דקות. מוסיפים שום ומערבבים חצי דקה.
2. מוסיפים עגבניות, מים, זיתים, אורגנו ופלפל. מבשלים 10 דקות בבעבוע עדין וטועמים לפני הוספת מלח.
3. מניחים דג ברוטב בשכבה אחת ומכסים. מבשלים 8–12 דקות, לפי העובי, עד 63 מעלות במרכז הנתחים.
4. מכבים ומפזרים בזיליקום. מגישים עם הרוטב; תוספת אורז או לחם אינה כלולה במתכון.