

דגים חריפים

- פילה מושט או דג אחר
- 2 עגבניות
- פחית עגבניות מרוסקות
- יחידה רסק מרוכז
- חופן גדול פטרוזיליה
- 1 גזר
- 7 שיני שום
- 1 גמבה
- 3 פלפל חריף
- פפריקה, כורכום ומלח.

הכנות:

- בקערה שמים עגבניות פרוסות, גזר מקלות וגמבה מקלות.
- בקערה שנייה קוצצים פטרוזיליה.
- בקערה שלישית פורסים פלפל חריף.
- מקלפים את השום.
- בקערה נוספת מערבבים כוס שמן + כף גדושה פפריקה + חצי כפית כורכום + כף מלח + 3/4 כמות מהפטרוזיליה.

בישול:

1. מחממים שמן בסיר רחב או מחבת עמוקה.
2. מוסיפים פנימה את הגמבה, עגבניות וגזר - מטגנים מעט עד שהירקות טיפה מתרככים.
3. מוסיפים את הרסק והעגבניות המרוסקות, מערבבים.
4. מוסיפים את השום ומנמיכים את האש.
5. מבשלים כ-5 דקות.
6. מוסיפים רבע מכמות הפטרוזיליה, חצי כפית פפריקה, רבע כפית כורכום, כפית מרק עוף, חצי כוס מים ואת הפלפל החריף. מבשלים על אש נמוכה עם מכסה סגור בערך 5 דקות.
7. טובלים כל פילה דג ברוטב בנפרד ומוסיפים לסיר. שופכים מעל את שאר הרוטב וממשיכים לבשל עם מכסה סגור עד שהדגים מוכנים.