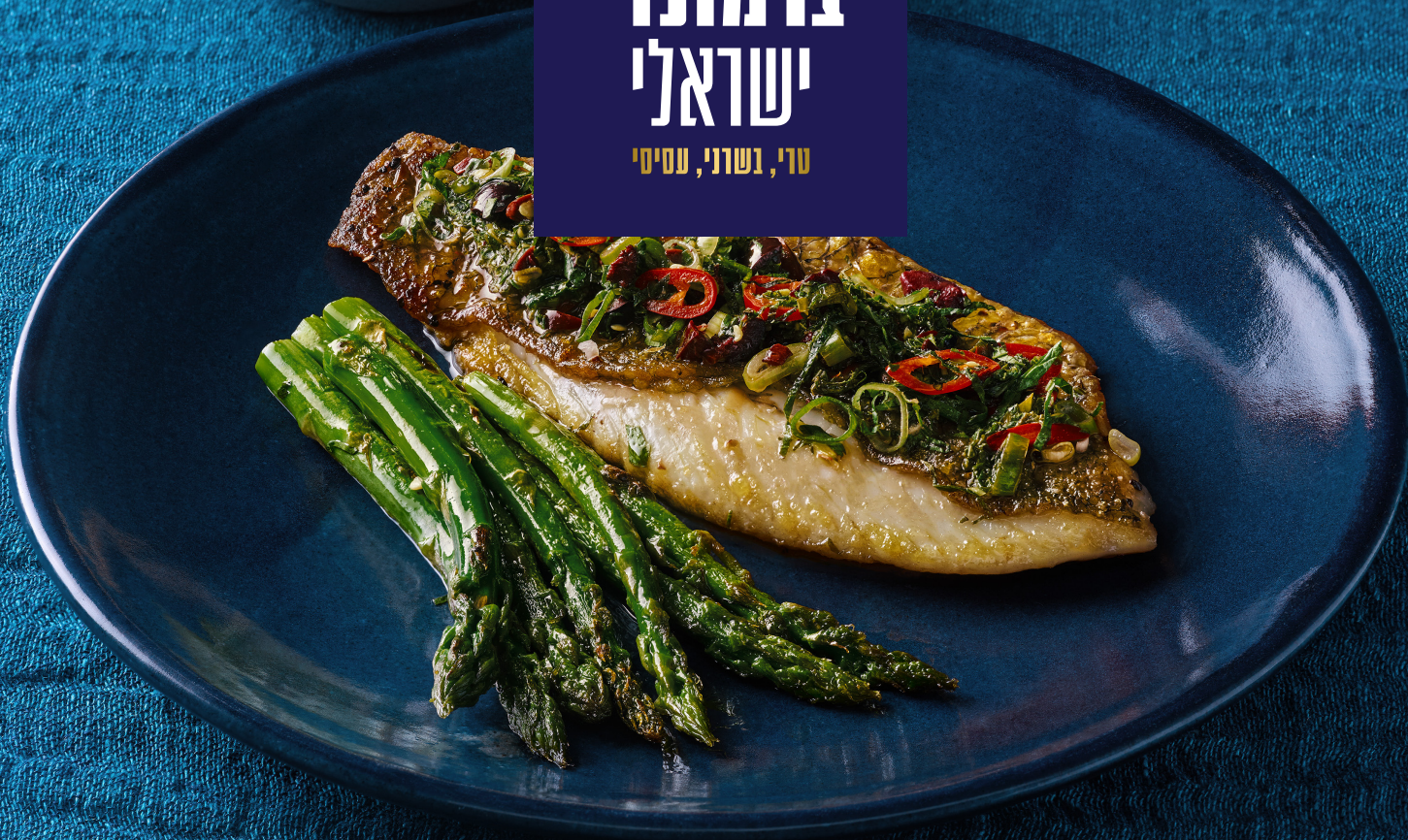




פילה בדמונדי ישראלי צדון

במחבת עם אספרגוס וסלסט זיתים וציילי

מאת השף אושר אידלמן

זמן הכנה: 15 דקות

מס' סועדים: 4

אופן הכנה

- **לסלסה:** מערבבים בקערה קטנה את חומרי הסלסה ומתבלים במלח ופלפל
- **לדג:** מתבלים את הדג במלח, פלפל ושמן זית משני צידיו
- במחבת רחבה צורבים את הדג על הצד של העור במשך 3-4 דקות, הופכים ומכבים את הלהבה
- את האספרגוס מקפצים במשך שתי דקות במחבת נפרדת או באותה מחבת של הדגים אם רחבה דיו
- מרכיבים את המנה: לכל סועד מגישים 5-6 יח' אספרגוס, פילה דג ליד וסלסט עשבי תיבול מעל

מצוינים

לדג

- 4 יח' פילה בדמונדי ישראלי - עם עור
- כף שמן זית
- מלח ופלפל לפי הטעם
- צדור אספרגוס - שליש תחתון חתוך

לסלסט עשבי התיבול

- 2-3 כפות שמן זית
- מיץ מ-1 לימון
- 1-2 צ'ילי אדום פרוס דק
- 3 גבעולי בצל ירוק - פרוס דק
- 3 כפות נענע קצוצה
- 2 כפות כוסברה קצוצה
- 8 יח' זיתי קלמטה - מגולענות
- מלח ופלפל שחור לפי הטעם