



Barramundi

ברמונדי
ישראלי

טרי, ושרני, עסיסי



"דוסטפיש" ברמונדי ישראלי בחרזל, יין לבן ושום עם סלט ירוק ותמרים צהובים

מאת השף אושר אידלמן

זמן הכנה: 50 דקות 🍴 מס' סועדים: 8 ⌚

מצרכים

4 יח' פילה דג ברמונדי ללא עצמות
(משקל נטו: כ-200 גרם לכל פילה)

למילוי

1 כפית עלי טימין טריים קצוצים • 5 שיני שום כתושות
חצי כוס יין לבן • 3 כפות חרדל דיז'ון חלק • 2 חלמונים • 1 כוס
פירורי לחם פנקו • 1 כף פלפל שחור גרוס • 2 כפות דבש

לסלט

400 גרם מיקס עלי חסה • חצי כוס תמרים צהובים
מגולענים ופרוסים דק • גרעינים מחצי רימון

לרוטב

4 כפות בצל ירוק קצוץ דק • 2 כפות מיץ לימון • 1/2 כפית מלח
• 2 כפות מים • 1 שן שום • 4 כפות שמן זית

אופן הכנה

- מחממים תנור ל-230 מעלות (בעל תוכנית המשלבת גריל עליון)
- מערבבים יחד את חומרי המילוי
- מניחים פילה דג עם העור כלפי מטה, משטחים חצי מכמות המילוי ומצמידים פילה נוסף, כאשר העור כלפי מעלה (חוזרים על הפעולה עם שני הפילטים הנוספים)
- קושרים את הדגים המוצמדים בעזרת חוט קשירה מותאם לבישול (ניתן לוותר על שלב זה)
- מתבלים בשמן זית ומעט מלח גס את עור הדג
- מעבירים למגש אפייה וצולים כ-15 דקות בתנור החם
- בינתיים מערבבים היטב את חומרי הרוטב ויוצקים על החסות, התמרים וגרעיני הרימון
- מגישים את הדג חם לצד הסלט המרענן