



Barramundi

ברמונדי
ישראלי

טרי, ושרני, עסיסי



צילום: נופר בוניס

שקשוקה ברמונדי ישראלית | מתוך 'סיפור של טעם' עם הילה אלפרט, ערוץ האוכל

זמן הכנה: 30-45 דקות 🍴 מס' סועדים: 4 ⌚

מצוינים

- דג ברמונדי ישראלי מפולט חתוך לרצועות בעובי של כ-3 ס"מ
- 4 כפות לימון כבוש
- מעט שמן זית
- בצל בינוני חתוך לקוביות בגודל 1 ס"מ
- 1 פלפל ירוק חריף פרוס לפרוסות בעובי של כחצי ס"מ
- 1 פולפה עגבניות
- 2 כפות רכז עגבניות
- 4 שיני שום חתוכות גס
- מלח
- צרור כוסברה קצוצה
- 6 ביצים

אופן הכנה

- חותכים את הדג לרצועות. בקערה מעסים את רצועות הדג בלימון כבוש ובסיום מכסים בניילון נצמד ומכניסים למקרר
- במחבת גדולה מחממים שמן ומזהיבים את הבצל. מוסיפים פנימה את הפלפל החריף ומוסיפים לטגן עד שגם הוא מתחיל להזהיב. מוסיפים פנימה את השום והעגבניות וממליחים. מטגנים עד שמסמיך ומרבית הנוזלים נעלמו (טיפ: שקשוקה אוהבת שמן ולא מים)
- מפרידים את החלמונים מהחלבונים. את הפעולה הזו כדאי לעשות כשהביצים עדיין קרות מהמקרר. אחרי ההפרדה תנו להן מס' דקות שיתחממו. על הביצים להיות בטמפרטורת החדר. בזה אחר זה יוצקים את החלמונים במחבת וביניהם את הדג
- מבשלים עד שהביצים מתחילים להקרש אבל לא יותר מידי זמן. מכבים למשך חצי דקה. זורים מעל כוסברה קצוצה ומומלץ להגיש מיד עם לחם אחיד