



ברמונדי ישראלי שלם אפוי על תבשיל כרישה לימוני זהוב עם גרגרי חומוס | עז תלם

⌚ זמן הכנה: 40 דק' 🍴 מס' סועדים: 2

מצרכים

דג ברמונדי ישראלי שלם
(משקל 750 גרם בערך)

3-4 כפות שמן זית

2 כרישות בגודל בינוני, שטופות היטב

3/4 כוס גרגרי חומוס מבושלים
(שבישלתם בעצמכם או מוקפאים/
משומרים)

4-5 גבעולי טימין

מלח ופלפל שחור גרוס

1/2 כפית כורכום טחון

1/2 כוס מים

מיץ מחצי לימון

אופן הכנה

- מחממים תנור ל-190 מעלות (חם עליון תחתון רגיל, לא טורבו).
- חוצים את הכרישה לאורך ואז לפרוסות בעובי 1/2 ס"מ בערך. במחבת רחבה שמים 2 כפות שמן זית ואת הכרישה. מטגנים מעל להבה גבוהה אגב ערבוב 4-5 דקות, עד שהכרישה נראית שקופה והתרככה מעט.
- מוסיפים את הכורכום, החומוס, מיץ הלימון, 1/2 כוס מים ובערך כפית שטוחה מלח. מערבבים היטב. טועמים ואם צריך מוסיפים עוד מלח. מסירים מהאש.
- מפרידים את העלים מגבעולי הטימין.
- בקערה מערבבים את הטימין עם שאר שמן הזית, 1/2 כפית מלח דק ו-1/2 כפית פלפל שחור גרוס.
- בעזרת סכין חדה יוצרים 3-4 חריצים לרוחב הדג, בלי להגיע לאדרה המרכזית. לאחר מכן יוצרים חריץ לאורך הדג. חוזרים על הפעולות משני צידי הדג (אפשר גם לבקש ממוכר הדגים שיעשה זאת עבורכם).
- מעבירים את הכרישה לתבנית בגודל 18x28 או גודל דומה.
- מניחים מעל את הדג. מעסים את הדג בתערובת הטימין ושמן הזית משני הצדדים.
- מכניסים לתנור (190 מעלות, ללא כיסוי) ואופים 18-25 דקות או עד שהדג עשוי לחלוטין (בשר הדג יתפרק מהאדרה בקלות ויהיה לבן לחלוטין בצבעו).
- מגישים מיד. מה שלא נאכל נשמר במקרר 4-5 ימים.