



Barramundi

ברמונדי  
ישראלי

טרי, נשדני, עסיסי



# סטייק ברמונדי רוטב פוטנסקה מדום איטליה | עומר מילר

⌚ זמן הכנה: 50 דק' 🍴 מס' סועדים: 4

## מצוינים

- 2 יחידות דג ברמונדי במשקל 750 גרם ליחידה, חתוכים לסטייקים בעובי 4 ס"מ
- 1/3 כוס שמן זית
- 4 עגבניות מגי בשלות, חתוכות לקוביות
- פלפל חריף אדום פרוס דק
- כף צלפים (שטופים היטב במים)
- 8 יחידות אנשובי משומר
- 2 כפות מיץ לימון
- 6 זיתי טאסוס או קלמטה, מגולענים
- 2 שיני שום קלופות ופרוסות
- 10 עלי בזיליקום חתוכים לרצועות דקות
- 2 כפות מים רותחים
- 50 גרם חמאה (רשות)
- מלח
- פלפל שחור

## אופן הננה

### רוטב הפוטנסקה:

- מחממים בסיר קטן שליש כוס שמן זית. מוסיפים את פרוסות השום והפלפל החריף ומאדים יחד כדקה.
- מוסיפים אנשובי, צלפים, עגבניות, זיתים ובזיליקום ומטגנים 2-3 דקות נוספות. מוסיפים 2 כפות מים רותחים. מעבירים לאש קטנה ומוסיפים 50 גר חמאה (רשות). מערבבים היטב, מסירים מהאש ושומרים חמים עד ההגשה.

### הסטייקים:

- מחממים תנור ל-220 מעלות. יוצקים מעט שמן זית על הסטייקים של הברמונדי ומתבלים במלח ופלפל. צורבים במחבת חמה משני הצדדים כ-2 דקות עד הזהבה (מומלץ 3 בכל פעם על מנת לא להוריד את החום).
- מעבירים את הסטייקים לתבנית תנור עם נייר אפייה וצולים בתנור החם 15 דקות נוספות.

### ההגשה:

מוציאים את הסטייקים מהתנור ומעבירים לצלחת הגשה. יוצקים שתי כפות מרוטב הפוטנסקה על כל סטייק.