



Barramundi

ברמונדי  
ישראלי

טרי, נשדני, עסיסי



## תעשימה ברמונדי (זג עטוף בוצק) | מאת נוף עתמנה

זמן הכנה: 30 דק' 🍴 מס' סועדים: 6 ⌚

### אופן הכנה

- יוצרים פסים בעזרת סכין לאורך הדג משני הצדדים עד לאדרה.
- בקערה קטנה קוצצים חצי מהלימון כולל הקליפה וסוחטים את החצי השני שלו פנימה, מוסיפים את הפלפל החרוף הקצוץ, עשבי התיבול הקצוצים, שום כתוש, כמון, שמן זית, פלפל שחור ומלח
- מערבבים היטב את התערובת וממלאים את הבטן בעשבים. מושחים את הדג מבחוץ ביתרת הנוזל שבקערה ומניחים בצד
- מערבבים את החומרים של השלב הראשון בקערה ומניחים במקום חמים ל-10 דקות. לאחר מכן, מוסיפים את החומרים של השלב השני של הבצק ולשים היטב לקבלת בצק אחיד וחלק
- מחלקים את הבצק לשני כדורים שווים ומתחילים מיד לרדד את הבצק לעלה אובאלי דק בעובי מטבע של 5 שקלים כשרוחבו פי 2 מהדג עצמו ואילו אורכו פי 1 וחצי מהדג
- מניחים את הדג במרכז עלה הבצק וסוגרים בצביטה את הבצק עליו על מנת שיקבל את צורת הדג
- הופכים כשהתפר כלפי מטה ומניחים בתבנית מרופדת בנייר אפיה. עושים את אותו הדבר עם הדג השני
- מכניסים את הדגים לתנור שחומם מראש ל-200 מעלות לאפיה של כ-20 דקות או עד שהבצק משחים לגמרי
- כשהדג יוצא מהתנור מומלץ למרוח עליו מעט שמן זית טרי בעזרת מברשת על מנת להעניק לבצק ברק וטעם טרי של שמן זית

### מצרכים

#### בצק:

#### לשלב הראשון:

כף שמרים יבשים  
כוס קמח  
כוס מים פושרים  
כף סוכר

#### לשלב השני:

כפית מלח  
3 כפות שמן זית  
כוס וחצי קמח

#### למלית הדג:

2 דגי ברמונדי ישראלי  
לימון  
שליש צרור כוסברה  
שליש צרור פטרוזיליה  
4 שיני שום  
כפית כמון

חצי כפית זרעי כוסברה טחונים או כתושים  
פלפל ירוק חריף קצוץ  
3 כפות שמן זית  
מלח ופלפל שחור גרוס