



Barramundi

ברמונדי
ישראלי™

טרי, נשדני, עסיסי



סיר זגים בניחוח המזרח הרחוק | מאת השף משה שגב

⌚ זמן הכנה: 20 דק' 🍴 מס' סועדים: 3

מצרכים

- 600-700 גרם פילה ברמונדי ישראלי טרי
- 3 כפות שמן
- כוס חלב קוקוס
- 4 כפות רוטב קארי אדום (אפשר כפית אבקת קארי עם 2 כפות רסק עגבניות)
- כף פפריקה מתוקה
- מקל למון גראס
- צרור כוסברה ופטרוזיליה קצוצים גס
- חופן גדול של עלי אורז או אטריות אורז
- קורט מלח

אופן הכנה

- צולים את הדגים רק על העור עם מעט שמן זית
- מעבירים את הדגים לצלחת נפרדת
- על אותו הסיר חם עם כל הטעמים של הדגים יוצקים את החלב קוקוס
- מוסיפים פפריקה מתוקה, רוטב קארי אדום, מקל למון גראס וצמחי תבלין
- מביאים לרתיחה ומוסיפים חצי כוס מים
- מבשלים 5 דקות על אש גבוהה
- מחזירים את הדגים הצליים לסיר עם הרוטב ומכסים
- מבשלים 6 דקות
- מוסיפים את עלי האורז המוכנים (לבשל במים רותחים) לסיר הדגים
- מבשלים הכל יחד עוד 8 דקות ומכבים את האש