

פילה סלמון בציפוי שומשום



רכיבים

- גרם פילה סלמון טרי, או קפוא מופשר
- 1/2 2/1 כוס שומשום אפשר רגיל, או תערובת של רגיל ושחור
- כפות שמן שומשום
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם פלפל שחור

הכנה

1. חותכים את הדג לארבעה נתחים שווים. מתבלים במלח ופלפל וטובלים בשומשום מכל הצדדים (השומשום נדבק בקלות לדג).
2. מחממים את השמן במחבת בינונית על להבה גבוהה. מוסיפים את נתחי הדג ומטגנים 4-5 דקות מכל צד. מוציאים מהמחבת ומגישים.
3. מומלץ להגיש בתוספת אפונה סינית בשומשום, או בתוספת אורז עם אורז בר.

20 דקות

4 servings 4