

## עוף, בטטות וכרישה ברוטב טריאקי ב-5 דקות הכנה בלבד



### רכיבים

- כרע הודו חצויות
- שיני שום כתוש טריות, שלמות ומקולפות
- בטטה מקולפות וחתוכות גס
- מקלות כרישה חצויים לאורך ופרוסים לחתיכות באורך של 4 ס"מ
- גרם פטריות פורטובלו חצויות (אפשר גם שמפיניון)
- בקבוק רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- 1/2 2/1 בקבוק רוטב טריאקי 290 מ"ל
- כף מלח
- כפית פלפל שחור
- כף פפריקה אדומה מתוקה
- 1/2 2/1 כוס שמן זית
- 1/2 2/1 כוס מים
- זר כוסברה טרייה
- לפי הטעם תימין טריים

### הכנה

1. מחממים תנור לחום של 200 מעלות על טורבו.
2. מרפדים תבנית פיירקס מלבנית גדולה או תבנית אלומיניום גדולה וגבוהה במידה של תנור ביתי בנייר אפייה.
3. מפזרים את גבעולי הכוסברה, בטטות, פטריות, שום והכרישה.
4. מניחים מעל את כרעי העוף.
5. בעזרת מטרפה, מערבבים בקערה את רוטב הצ'ילי, רוטב טריאקי, שמן זית, מלח, פלפל, פפריקה מתוקה ומים.
6. יוצקים את הנוזל על העוף ואז על הירקות.
7. מכסים היטב עם נייר אפייה רטוב (כדי שיהיה נוח לעבודה) ומעל נייר אלומיניום ומהדקים את הצדדים. אופים כשעה.
8. מוציאים את התבנית ומסירים את הניירות. מעלים את טמפרטורת התנור לחום הכי גבוה, ומכניסים שוב את התבנית להשחמה לרבע שעה.
9. מפזרים מעל עלי טימין.

7 דקות

4 servings 4