

דג סלמון ברוטב צ'ילי וקשיו ב-7 דקות הכנה בלבד



רכיבים

- נתח פילה סלמון במשקל 1 ק"ג (חתוך לאורכו ופרוס לנתחים)
- 1/2 2/1 חבילה נודלס אטריות תרד אסם (מבושלת לפי ההוראות בגב האריזה)
- 1/4 4/1 ראש כרוב פרוס לשני סטייקים
- כפות שמן זית
- כפית מלח גס
- זר כוסברה קצוצה גס
- עלים נענע
- 1/3 3/1 כוס אגוז קשיו קלוי
- 1/3 3/1 כוס רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- 1/2 2/1 קטן לימון

הכנה

1. מלהיטים מחבת עם שמן הזית.
2. מניחים את נתחי הכרוב ומכסים את המחבת.
3. מפזרים את המלח על נתחי הדג.
4. אחרי השחמה קלה הופכים את נתחי הכרוב ומוסיפים לצידם את נתחי הדג, כשהעור כלפי מטה, וצולים היטב עם מכסה.
5. מוסיפים את רוטב הצ'ילי המתוק, רוטב סויה ומים לפי הצורך ומכסים את המחבת.
6. מוסיפים לנודלס המבושל כוסברה, קשיו ונענע ומערבבים.
7. מוסיפים למחבת את הנודלס המתובל לצד הסלמון והכרוב ומשקשקים את המחבת לספיגת טעמים.
8. מניחים על צלחת את הנודלס, כרוב ונתח סלמון.
9. מזלפים מעל לימון ומגישים.

7 דקות

4 servings 4