

דג בקרמל



רכיבים

- דג לברק גדול ויפה, חתוך לסטייקים
- כף סוכר לבן
- ענפי בצל ירוק (עם החלק הלבן) חתוכים לגודל המחבת שלכם
- כפית שום כתוש כתוש
- 3/4 4/3 כוס רוטב דגים
- כפות שמן קנולה
- כפיות קרם קוקוס כדי לתת קצת טעם אגוזי
- בצל סגול קלוף ופרוס

הכנה

1. מכינים קרמל בסיר סוּטאז' מכף אחת סוכר ושתי כפות מים על אש קטנה, ותוך כדי השגחה. כשהקרמל מקבל צבע ענברי, מוסיפים עוד 2/1 כוס מים ומערבבים. מוסיפים את השום, רוטב הדגים, השמן וחלב הקוקוס.
2. מסדרים על קרקעית המחבת את גבעולי הבצל הירוק במין רפסודה, שאפשר להניח עליה את הדג. מסדרים את פרוסות הדג כשהעורר כלפי מטה. הן צריכות להיות מכוסות ברוטב ממש כמעט עד למעלה. מפזרים מעל הדג את פרוסות בצלי השאלוט.
3. מביאים לרתיחה, מנמיכים להבה, מכסים ומבשלים על אש קטנה כ-45 דקות. או עד שהרוטב הצטמצם מאוד והוא סמיך, עוטף את הדג (ונורא נורא טעים).
4. אם אתם מצליחים, הפכו את הדג באמצע במהלך הבישול בלי להרוס אותו.
5. להגשה: אפשר לפזר על המנה בצל ירוק טרי ליופי וצ'ילי אדום לחריפות. בתיאבון!

60 דקות

4 servings 4