

נתחי פרגית אפויים בצ'ילי  
מתוק ובצל ירוק



## רכיבים

- קילוגרם פרגיות
- כוס רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- כפות רוטב סויה סיני 290 מ"ל
- זר בצל ירוק
- לימון
- שן שום

## הכנה

1. את נתחי הירך ללא עצמות, המכונים "פרגית", מטגנים במחבת גריל לזהטת, עם מעט שמן רק לסגירה קצרה מכל צד, ומניחים בקערה גדולה.
2. בינתיים קוצצים גס את הבצל הירוק ומוסיפים לקערה. אחרי שחותכים את הבצל הירוק רצוי לשטוף אותו, להשרות לרגע במי מלח ולהוציא בידיים.
3. מוסיפים גם את רוטבי הצילי המתוק והסויה. פורסים את הלימונים ואת שן השום לפרוסות דקות במיוחד ומוסיפים.
4. מערבבים הכל, מניחים בתבנית חסינת אש, מכסים בנייר כסף בצורה מהודקת ואופים בחום בינוני גבוה למשך 40 דקות. מגישים עם אורז.

60 דקות ⌚

6 servings 6 ⊕