



מושט אפוי ברוטב פלפלים ושום

פרווה | רמה קלה

המושט הזה נאפה ברוטב עשיר עם פלפלים ושום, והתוצאה היא דג עסיסי, מלא טעם וצבע - מושלם לארוחת צהריים משפחתית או לפאר את שולחן שבת.

החומרים:

7 דגי מושט שלמים, מנוקים
פלפל אדום חתוך לרצועות
פלפל צהוב חתוך לרצועות
6 שיני שום פרוסות

לרוטב:

חצי כוס שמן
רבע כוס מים
כף תבלין גריל דג צהוב
כף סוכר
3 כפות רוטב סויה
כפית מלח

אופן ההכנה:
השרו את דגי המושט במיץ לימון במשך כשעה. ההשריה מסייעת לעדן את טעמו של הדג ולהעניק לו רעננות. לאחר מכן שטפו היטב וייבשו בעדינות בנייר סופג. סדרו את הדגים בתבנית אפייה בשכבה אחת, כך שלכל דג יהיה מקום לספוג את הרוטב באופן אחיד.
בקערה או בבלנדר ערבבו את השמן, המים, תבלין גריל הדג, הסוכר, רוטב הסויה והמלח עד לקבלת רוטב אחיד. שפכו את הרוטב על הדגים כך שיכסה אותם היטב. פזרו מעל את רצועות הפלפלים ואת פרוֹטות השום באופן שווה.
אפו בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות במשך כ-35 דקות.
הסירו את נייר האלומיניום ואפו עוד 10-15 דקות, עד שהפלפלים מתרככים מעט והדג מקבל צבע יפה.

צלחות המנה:

להגשה חגיגית, סדרו את רצועות הפלפלים על צלחת ההגשה והניחו את הדג מעליהן. פזרו מעל מעט פטרוזיליה קצוצה טרייה. כך הדג בולט יותר, המנה מקבלת גובה, והצבעוֹניות של הפלפלים יוצרת הגשה חגיגית ומרשימה.