



برام الكزبرية

المكونات:

كيلو سمك قاروص قطع متوسطة - ملعقتين كبيرتين زيت زيتون وادي فوود - كوب عصير طماطم - ملعقتين كبيرتين صلصة طماطم وادي فوود - ملعقتين كبيرتين زيتون اسود مفروم وادي فوود - كوب ونصف كزبرة مفرومة ناعم جدا - ملعقة صغيرة فلفل أسود - ملعقة صغيرة شطة - نصف ملعقة صغيرة ملح - ملعقتين كبيرتين عصير ليمون - نصف ملعقة صغيرة كمون - ملعقة كبيرة ثوم مدقوق - شرائح ليمون للتزيين

طريقة التحضير:

تتبيل قطع السمك في وعاء بعصير الليمون، قليل من الثوم والكمون ثم توضع جانبا. في طاسة على النار، يشوح باقي الثوم مع زيت الزيتون تضاف صلصة الطماطم، عصير الطماطم، معجون الزيتون الاخضر ثم يبهز الكل بالملح والبهارات تضاف الكزبرة وقليل من الماء ثم يقلب الكل جيدا. يسكب نصف المزيج في برام الفرن، ثم ترص قطع السمك. يسكب باقي الصلصة فوق السمك ثم يخبز البرام في الفرن مدة ٢٥ دقيقة. يقدم مزينا بشرائح الليمون بالهنا والشفا.

