



דג בסגנון מרוקני בשלוש צורות: פילה, פרוסות עם עצם וקציצות

דג ברוטב הוא המנה הנאכלת בקביעות בשולחן השבת המרוקני. הדיון סביב הדג תמיד יהיה על מידת החריפות שהדג הצליח לתפוס השבוע. מידת החריפות מושפעת מהפלפל החריף שבמתכון, והפלפל מושפע מעונות השנה - כשהפלפל בעונה הטעם שלו חריף וחזק והוא משתלט על התבשיל ואין צורך להוסיף פפריקה חריפה וכו', אבל כשהפלפל לא בעונה שלו, מידת החריפות נמוכה ומתפוגגת מהר, ואז יש צורך להעשיר את התבשיל בחריפים למיניהם. כך התפתחו להם מתכונים שמורכבים מממרח של פלפל צ'ומה חריף וכן עוד רעיונות לשמור על חריפות אחידה לאורך כל השנה. המתכון הבא הוא בסיסי, מידת החריפות תלויה בכם, וכל אחד יבחר את הכמות בהתאם לצרכיו.

2 ביצים
1/2 כוס פירורי לחם
בצל טחון במעבד מזון ומסונן
צורר פטרוזיליה קצוץ דק
מיץ מחצי לימון
כפית מלח דק
1/2 כפית פלפל שחור דק
2 שיני שום כתושות
2 כפות שמן זית
קורט כמון

שמים בסיר רחב שמן, פלפל אדום, פלפל חריף, גזר ושום, מדליקים את האש על להבה נמוכה, מכסים במכסה ומבשלים 15-30 דקות עד לריכוך חלקי של הירקות.

מערבבים את השמן עם התבלינים ושופכים על הירקות שבסיר, מכניסים לסיר גם את רסק העגבניות המדולל וממשיכים לבשל עוד כ-10 דקות. שוטפים את הדגים במים קרים ומניחים בתוך הסיר. בעזרת כף לוקחים מהרוטב שבסיר ושופכים על הדגים. מפזרים כוסברה מעל כל הסיר ומבשלים 25 דקות.

מגישים בצלחת בעלת שוליים דג עם רוטב וירקות. להכנת קציצות: מערבבים את כל החומרים לעיסה אחידה, מניחים במקרר לשעתיים, מגלגלים לכדורים ומכניסים לרוטב חם.

פלפל אדום חתוך למקלות
2 גזרים מקולפים וחתוכים למקלות
עגבנייה חתוכה לפרוסות
6 שיני שום פרוסות
3 כפות שמן לריכוך הירקות
1/4 כוס שמן לתבלינים
2 כפות פפריקה מתוקה
1/2 פלפל ירוק חריף (אופציונלי בהתאם לחריפות האהובה אצלכם)
1/2 כפית פפריקה חריפה (בהתאם לחריפות הנאכלת בביתכם)
כף פפריקה מרוקנית (אופציונלי)
כפית מלח דק
2 כפיות סוכר
1/4 כפית כורכום
1/2 כוס רוטב עגבניות מהול בכוס וחצי מים
צורר כוסברה קצוצה (לנמועים מכוסברה עדיף לא להחליף בירק אחר)
דגים:
6 יחידות פילה דג מושט / 6 מנות דג כולל העצם / 500 גרם קציצות (מתכון להלן)
מתכון לקציצות:
500 גרם מושט טחון ללא עור ועצמות