

Exploring new opportunities

קו.רפ.א.י.ק.

הבית לאזרחים האירופאיים

*
sardínhas
em azeíte

דגי סרדין בשמן זית

דייג אוהב דגים?

אם הוא מפורטוגל אז בטוח שכן!
הסרדין אומנם קטנטן אבל עם טעם ענק.



טועמים פורטוגל.

השף שי דרורי מבשל לכם מנות מהמטבח הפורטוגלי



דגי סרדין בשמן זית - Sardinhas em azeite

קלסיקה

הסרדינים הם אחד מסמליה של התרבות הפורטוגלית.
הם ללא ספק הדג הבלתי מעורער של המטבח הפורטוגלי.

שלחנו את שי אל דוכן הדגים בשוק הכרמל
בציפייה לברוסקטה טעימה.

את הסרדינים ניתן להריח על הגריל כמעט בכל פינת רחוב, במיוחד בפסטיבלי הקיץ, ואם לא שם אז לא תוכלו לפספס אותם מוצגות יפה בשלל המזכרות מקרמיקה בכל חנות. התעשייה הענפה של המזון המשומר כמובן שלא פסחה עליהם והיום ניתן למצוא מבחר גדול מאוד של מותגים המציעים סרדינים משומרים בקופסאות פח מרהיבות ביופיין המהללות את יורדי הים המביאים את הדגה ישר אליכם הביתה. פילוט סרדינים.

כל מי שיפתח ספר מתכונים של המטבח הפורטוגלי יווכח לגלות שהסרדינים אומנם הם הדג השולט אך הוא לחלוטין חולק את הכתר עם שלל הדגה אשר לחופיה של פורטוגל. גילינו שהדבר החשוב בחגיגה הקולינארית של המטבח בפורטוגל זה הביחד. יחד בבישול. יחד בקדרת הסרדינים המטוגנים. יחד בהרמת הכוסית. לחיים.

לעוד מתכונים מהמטבח הפורטוגלי כנסו:

הבית לאזרחים האירופאיים

מצרכים:

גרגירי פלפל אנגלי
2 פלפל ציילי פרוסות דק
3 שיני שום פרוסות

20 סרדינים מפולטים ללא ראש וזנב
200 גר' מלח אטלנטי גס
שמן זית
1 תפוז לא מקולף פרוס לפרוסות דקות
3 ענפי טימין טרי

אופן ההכנה:

שלב ראשון: **הכנת הדגים**

מפזרים מלח גס בשכבה אחידה על מגש.

מייבשים עם נייר מגבת את פילה הסרדינים ומניחים על שכבת המלח כשצד העור פונה כלפי מטה. מכניסים למקרר למשך חצי שעה.

ⓘ אם לא ביקשתם מהמוכר בשוק סרדינים מפולטים - פילוט סרדינים פשוט ואינו דורש כלים מיוחדים. תוכלו לפלט אותם בצורה הבאה:

החזיקו באצבעות יד אחת את ראש הסרדין ובעזרת שתי אצבעות ביד השנייה אחזו את האידרה הצמודה לראש הדג והעבירו את האצבעות לכיוון הזנב - כך תפרידו את הבשר מהאדרה. פילה הסרדין ייפרס לצדדים - משכו את האידרה החוצה והסירו את הראש - כעת קיבלתם "פרפר" של פילה הסרדין. בעזרת סכין הפרידו את ה"פרפר" לשני חלקים של פילה ובעזרת סכין הסירו את הזנב.

שלב שני: **סידור המנה**

בתוך כלי חרס מוזגים מעט שמן זית ומפזרים כמה פרוסות שום וציילי. מוציאים את התבנית עם הדגים מהמקרר.

מסלקים את עודפי המלח ומנגבים בנייר מגבת. הפילה של הסרדין יהיה מעט קשיח בגלל שהוא נכבש קלות והמלח ספח את המים.

מסדרים את הסרדינים בשכבה אחידה ומעל שמים פרוסת תפוז וענף טימין.

מפזרים שוב פרוסות שום וציילי ואת הפלפל האנגלי. כך ממשיכים לסדר בשכבות.

לבסוף מוזגים שמן זית איכותי ומכסים את הכל.

ממתינים בסבלנות חצי שעה ומגישים יחד עם פרוסת לחם מחמצת קלוי מרוח בחמאה.