

דגים

סלמון בירקות על הפלטה

לחתוך לחתיכות גדולות

2 בצל קטן
קישואים
גזר

3 צבעים של פלפלים - רצועות

עגבניה

מלח

פלפל

פפריקה



לאדות על אש נמוכה כ-40 דק'

להוסיף 3-4 כפיות סוכר/דבש, לשפוך על הדגים ולשים על הפלטה כשהתבנית סגורה היטב.



דגים

בס"ד

סלמון חמוץ מתוק

2-3 פרוסות דג

בצל פרוס

גזר פרוס

1/3 כוס חומץ

1/3 כוס מים

2 כפות לימון

2 כפות סוכר

מלח

עלי דפנה



להרתיח, להכניס את הדגים ולבשל כשעה.



דגים

בס"ד

סלמון עם סלרי וגזר

סלרי פרס

בצל חתוך לקוביות

גזר מגורר/קוביות

סוכר

ין לבן

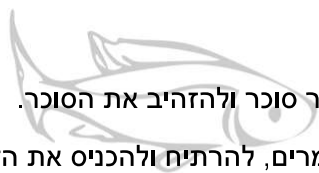
עלי דפנה

פלפל אנגלי

מלח



לאדות את הבצל, לפזר סוכר ולהזהיב את הסוכר.
להוסיף את שאר החומרים, להרתיח ולהכניס את הדגים.



דגים

בס"ד

לצ'ו לדגים

(מתאים לקרפיון, ווייט פיש וסלמון)

3 בצלים

2 פלפל אדום

2 פלפל צהוב

2 פלפל כתום

2 רסק עגבניות

5 כפות סוכר

כפית מלח

פלפל

עלי דפנה

פלפל אנגלי



לאדות את הירקות עד לריכוך, להוסיף רסק עגבניות והשאר, להוסיף קצת מים, לשפוך על הדגים ולאפות. (הזמן תלוי בדג)