**דג על מצע קרם כרובית**

**לפירה כרובית:**

6 פרחים שטופים ומנוקים היטב

20 גר חמאה

קורט מלח אטלנטי

מעט פלפל שחור גרוס

**הכנה:**

להרתיח את פרחי הכרובית עד לריכוך לסנן ,להעביר למעבד מזון ולטחון עד קבלת קרם חלק עם חמאה והתבלינים.

לדג:

2 שיני שום פרוסים דק

1 פלפל צ׳ילי חריף ( אפשר לוותר)

חופן פטרוזיליה קצוצה דק

1 כפית פפריקה מתוקה

קורט כורכום

מעט מלח אטלנטי

מיץ מחצי לימון

2 יח פילה דג לברק/מוסר ים ללא העור חתוך לקוביות (אפשר להכין את אותו הדבר גם עם נתחי חזה עוף/הודו או בקר)

5 כפות שמן זית

**הכנה:**

מחממים במחבת שמן מוסיפים שיני שום ואת הפלפל החריף, מוסיפים תבלינים ומערבבים קלות מוסיפים את הדג
מערבבים קלות למשך  5דקות  על אש נמוכה, מוסיפים מיץ מחצי לימון מפזרים מעל פטרוזיליה קצוצה ומגישים מיד על מצע קרם כרובית

