سمك بحشو البقسماط والبصل



المقادير:

1 سمكة متوسطة

نصف كوب من الدقيق

بيضة مخفوقة

نصف كوب من البقسماط (فتات الخبز)

الحشو:

نصف كوب من زيت الزيتون

حبة شمر، شرائح

2 بصلة متوسطتان، مفرومتان

3 فصوص من الثوم، شرائح

نصف كوب من البقدونس، المفروم

ربع كوب من الصنوبر

ملعقة كبيرة من الكابري

ربع كوب من عصير الليمون

كوب ونصف الكوب من البقسماط (فتات الخبز)

ملح وفلفل

الطريقة:

- يُنظف السمك وتُنزع أحشاؤه والقشر، ويُترك في ماء (المضاف إليه 2 ملعقة كبيرة من الدقيق وملعقة من الملح) لمدة نصف ساعة، ثمّ يُشطف جيداً، ويُترك في مصفاة للتخلص من الماء الزائد.

- يُوضع السمك في الدقيق، ثمّ البيض، ثمّ البقسماط، حتى يُغطى تماماً، ثمّ يُوضع في صاج فرن.

- يُسخن زيت في مقلاة على نار متوسطة، يُضاف الشمر والبصل، ويُقلب جيداً، حتى يُصبح لونه

ذهبياً.

- يُضاف الثوم، الصنوبر، البقدونس والكابري وتُقلب المكونات جيداً حتى تتجانس، ثمّ يُرفع الخليط عن النار.

- يُوضع الخليط في وعاء عميق، يُضاف عصير الليمون والبقسماط، يُتبل بالملح والفلفل مع التقليب حتى تتداخل المكونات.

- يُحشى السمك بالخليط (في تجويف البطن)، مع الإحتفاظ بقليل من الخليط للتقديم، ويُوضع في الفرن لمدّة 25 دقيقة أو حتى تمام النضج.

- يُقدم السمك دافئاً مع معكرونة أو أرز، حسب الرغبة، وقليل من خليط البصل والشمر.