# سمك بالطماطم والفلفل الاخضر

المقادير :

- سمكة من وزن 1 كيلوغرام
- حبة فلفل أخضر مقطعة
- 2 حبتين طماطم مقطعة
- 1 ملعقة معجون الطماطم
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- 1 ملعقة صغيرة كمون
- 1 ملعقة صغيرة كركم
- 1 ملعقة بقدنوس مفروم
- 2 ملعقتين زيت زيتون
- 1 عصير ليمونة
- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير :

- ضعي زيت الزيتون في طنجرة، أضيفي إليه الثوم المهروس واتركيه على النار لكي يتقلى قليلا .
- أضيفي دوائر الفلفل الاخضر والطماطم وضعي فوقهم السمكة .
- قومي بخلط معجون الطماطم، الكمون، الكركم، البقدنوس المفروم، عصير الليمون، الملح والفلفل الأسود بكوب ماء.
- اسكبي هذا الخليط على السمكة واتركي المزيج ينضج على نار هادئة لمدة 20 دقيقة .
- بعد أن تنضج السمكة ضعيها في طبق التقديم مع الفلفل والطماطم .
- قدمي طبق السمك بالطماطم والفلفل الاخضر ساخن مع الخبز أو الأرز .

ألف صحة!