

Frigărui de fructe de mare cu garnitură de Cuș Cuș

Ingrediente

Preparare

Dacă folosiți bețe din lemn pentru frigărui, trebuie să le lăsați la înmuiat înainte de folosire pentru a nu lua foc. Fructele de mare se curăță și se pun într-un bol, unde urmează să fie lăsate la marinat. Pentru sosul marinat se zdrobesc într-un mojar semințele de fenicul și boabele de piper și se adaugă peste pește. Apoi se adaugă ardeiul și usturoiul. Peștele se lasă la marinat pentru un sfert de oră. Peștele se pune pe țăpușe, care se vor perpele pe grătar timp de 2-3 minute pe fiecare parte. Pentru Cuș Cuș: Feliile de lămâie se prăjesc în ulei încins, apoi se scot și se lasă de-o parte. Într-o altă tigaie cu ulei se căleşte usturoiul împreună cu sucul de lămâie și cu ardeii până ce usturoiul se înmoaie. Supa de legume se fierbe într-un vas și apoi se ia de pe foc. Se adaugă cuș cuș-ul și se lasă timp de 5 minute sau până ce tot lichidul a fost absorbit. Se adaugă usturoiul și mixul făcut din ardei. Se taie feliile de lămâie și se adaugă și ele peste cuș cuș. La final se adaugă pătrunjelul și migdalele și se azonează cu sare și piper. Când serviți așezați frunzele de rucola pe un platou și deasupra adăugați cuș cuș-ul și frigăruiile. Decorați cu bucăți de lămâie și pătrunjel.