

# פילה אמנון

## בטעם בית החלמה

מוגש בחום ממתכני בית החלמה ליולדות טלזסטון



6 מנות פילה אמנון  
להשרות במי מלח ולימון 3-4 שעות, לשטוף היטב ולסנן

1 חב' כוסברה  
1 כוס שמן זית  
מלח ופלפל לפי הטעם  
לטחון במעבד מזון ולמרוח על הדגים

3/4 כוס פירורי פאנקו  
חופן שקדים פרוסים (עדיף מולבנים)  
קצת שמן זית  
לערבב ולפזר מלמעלה

לאפות בתנור מחומם 20 דק' על 180 מעלות

בתאבון!