**ماهي با گوجه و آويشن**

[](http://www.ashpazonline.com/recipes_photos/450_1325316885_original_lpiburofzdnsvexamchq.jpg)

**موادلازم:**ماهی = ۴ تکه  
روغن زیتون = ١ ق س  
پیاز خرد شده = ١ عدد  
گوجه خرد شده = ۴٠٠ گرم  
شکر قهوه ای = ١ ق س  
نمک و فلفل به میزان لازم  
آویشن تازه = ١ الی ٢ ساقه (برگهای ساقه ها را استفاده می کنیم و در صورت در دسترس نبودن آویشن تازه از ١ و ٢/١ ق چ آویشن خشک استفاده می کنیم)  
سویا سس = ١ ق س  
**طرز تهيه:**پیاز را با روغن زیتون تفت می دهیم (۵ الی ٨ دقیقه تا کاملا طلایی شود) بعد گوجه های خرد شده، سویا سس، آویشن و نمک و فلفل را به پیازها اضافه کرده و تفت می دهیم (حدود ۵ دقیقه) حال ماهی ها را که از قبل طعم دار کرده ایم بر روی این سس گذاشته درب ظرف را می گذاریم تا ماهی ها کاملا بپزد.  
- برای طعم دار کردن ماهی چند حبه سیر، یک پیاز، کمی زنجبیل تازه رنده شده، رنده پوست لیمو ترش، روغن زیتون و در صورت تمایل کمی گرد لیمو و گلپر را با هم مخلوط کرده و ماهی ها را به این مواد آغشته می کنیم و به مدت ١ الی ٢ ساعت در یخچال می گذاریم

www.ashpazonline.com