

---

# śledź w oleju lub oliwie

Dodano: 2005-02-21 20:17:03

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 3459 razy.

Kilka dobrych, tłustych śledzi solonych lub dwie tacki matjasów, olej dobrej jakości np. z pestek winogron lub oliwa z oliwek - czym lepszej jakości te surowce tym lepiej, sok z jednej cytryny, 2-3 cebule jedna z nich może być czerwona, musztarda (najlepiej sarebska), przyprawy (pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, łyżeczka cukru)

Solone śledzie rozcinamy, czyścimy i po oplukaniu zalewamy zimną wodą do wymoczenia. Przyjmujemy zasadę, że czas moczenia śledzi jest tym krótszy im śledzie bardziej tłuste. Dobre śledzie moczy się najwyżej 4 godziny. Po wymoczeniu śledzie pozbawiamy skóry, w tym celu ostrym nożem wykonujemy głębokie nacięcie (aż do kręgosłupa) wzdłuż grzbietu ryby, pozbawiamy tuskę płetwy grzbietowej, a następnie podważamy skórę przy nacięciu na grzbiecie i w kierunku od głowy do ogona łatwo zdejmujemy skórę ze śledzia. Następnie nacinamy filet w okolicy ogona i w kierunku do głowy oddzielamy mięso od ości. Doczyszczone i ładnie uformowane fileciki składamy parami. Ta pracochłonna faza przygotowania potrawy odpada jeżeli użyjemy matjasów na tacy. Następnie kroimy cebulkę w ładną kosteczkę i mieszamy ją z przyprawami (cukier, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy w ilości w/g uznania, ale raczej nie przesadzać, cebulkę odstawiamy, a śledzie rozkładamy, dość obficie smarujemy musztardą i składamy na powrót, dalej kroimy je na 4-6 części w zależności od wielkości filetów i upodobań. Warstwę tak przygotowanych śledzi ciasno układamy w pojemniczku (najlepiej szklanym) póź niej posypujemy cebulką z przyprawami i skrapiamy sokiem z cytryny.

Powtarzamy tą operację do wyczerpania się składników. Na koniec wszystkie warstwy lekko dociskamy i zalewamy oliwą lub olejem. Po kilku lub kilkunastu godzinach tak przyprawione śledzie można wykorzystać do kanapek, sałatek itp.

Nadesłał: fatman <wp\_fatman@o2.pl>