

ŚLEDZIE W ZALEWIE MIODOWEJ

Wpisany przez Dana
sobota, 03 lutego 2007 21:33 -

7-8 filetów śledziowych (matiasy), 2-3 łyżki octu, 3 spore cebule, 1 łyżka miodu, 3/4 szklanki oleju, listek laurowy, 3 ziarenka ziela angielskiego, 3/4 l wody;

Śledzie wymoczyć ok. 1 godziny, osączyć, pokroić na niewielkie kawałki.

ZALEWA : do wrzącej wody wrzucić listek, ziele, miód, drobniutko pokrojone cebule - gotować ok. 3 minut. Dodać ocet, gotować 2 minuty, odstawić, dolać olej, ostudzić.

Śledzie zalać zimną zalewą, odstawić na 2-3 godziny w chłodne miejsce.

wg Ireny "Paniusi" Góralczyk z Kłodzka