

Śledź po kaszubsku

Składniki:

500g solonych filetów śledziowych

marynata:

150 ml octu

500 ml wody

4 ziarenka pieprzu

4 ziarenka ziela angielskiego

1/2 łyżeczki białej gorącej

2 liście laurowe

2 łyżki cukru

SOS:

4 cebule

80g rochyneli

6 łytek koncentratu pomidorowego

250ml keczupu (ja oddeiam własnej roboty)

50ml oleju

1 łyżka cukru

szczypta mielonego ziela angielskiego

100ml gorącej wody

sól, pieprz do smaku

Filety ślechiowe opłucz i wymocz w zimnej wodzie.

Składniki marynaty umieść w rondlu, doprowadź do wrzenia i gotuj na małym ogniu pod przykryciem 8-10 minut. Odsączone filety włóż do miski i zalej ostudzoną marynatą. Wstaw do lodówki co najmniej na 12 godzin. Cebule pokrój w piórka. Rozgrzej na patelni olej, wrzuć cebulę i zeszklić; - wsyp cukier, aż goły się rozpuści dodaj smietanie śmietankowe, koncentrat, kebab, rozchylki zelane uprzednio wodą i os odsączone. Zalej wąglikiem i mieszając, gotuj na małym ogniu 2-3 minuty aż sos trochę się zredukuję. Dopraw solą i pieprzem. Pozostaw do ostygnięcia. Wyjmij filety z marynaty i zwin w koreczki lub pokrój w kostki. Włóż w salatkę i zalej ~~z~~ sosem. Odstaw co najmniej na 2 godziny do lodówki.

Smacznego ☺☺☺

Sledzi z kaszą gryczaną

Składniki:

- śledzie 'matias'
- kasza gryczana
- suszone pomidory w oleju
- ser typu feta
- słonecznik

Wykonanie:

Kaszę ugotować. Osuszone śledzie pokroić w kostkę, potrawić z pokrojonymi suszonymi pomidorami i dejem. Kaszę i fetę dodać do śledzi. Wszystko wymieszać, doprawić do smaku pieprzem i ziołami prowansalskimi, po czym wyłożyć na półmisek. Gotę posypać słonecznikiem.

Sledzi na żółto

1kg śledzi solonych
2 cebule
puszka brzoskwin
jogurt naturalny
majonez
curry, pieprz, sól

wykonanie

Śledzie po wymoczeniu kroimy w paski do tego kroimy odświeżone brzoskwinie cebule podsmażamy lekko na oleju, studzimy i dodajemy do śledzi.

Robimy sos ile jogurtu tyle majonezu doprawiamy do smaku dominować musi przyprawa curry. Smacznego

SALATKA ŚLEDZIOWA

SKŁADNIKI

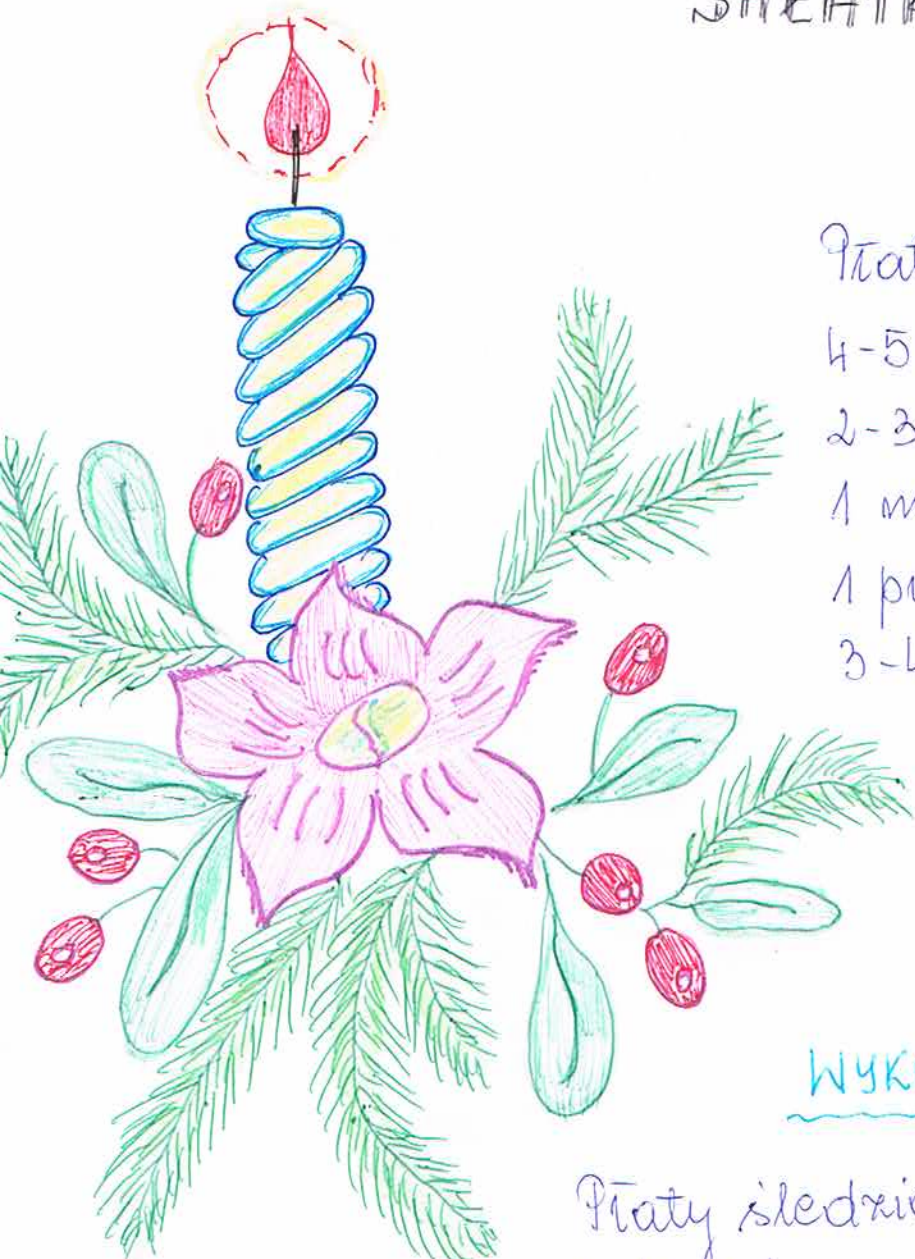
Platy śledziowe solone (5-7 szt.)
4-5 jaj na twardo
2-3 ogórki kiszane
1 mała cebula
1 puszka kukurydzy konserw
3-4 mandarynki
majonez, sól, pieprz
(do smaku)

WYKONANIE

Platy śledziowe (wymoczone)
pokroić na małe części.

Pozostałe składniki również pokroić na
drobne części, wszystko razem wymieszać.
Dodać majonez + sól + pieprz - wymieszać
i wyłożyć do miski.

Smacznego!



Śledzie ~~z~~ z buraczkami

Śledzie wymoczyć pokroić w
paski i wymieszać z jogurtem
lub majonezem i pieprzem.

Buraczki ugotowane pokroić w
kostkę, Cebule też w kostkę
można ogórki konserwowe.

Przekładać pastkami:

Śledzie buraczki, buraczki
cebule, śledzie udekorować
piepruszką

Śledź w sosie śmietanowo-majonezowym.

- 0,5 kg. śledzi solonych
- 1 śmietana 18% - 330 ml.
- 1 majonez średni
- 2 cebule
- 2 jabłka

Śledzie myjemy, moczymy ok. 2 godz.

Cebule kroimy w piórka

Jabłka kroimy w kostkę

Śmietanę mieszamy z majonezem.

Śledzie osuszamy kroimy, rozkładamy na

talerzu. Do śmietany połączonej z majonezem

dodajemy cebulę i jabłka mieszamy, wylewamy

na śledzie. Dowolnie dekorujemy

Smacznego

Sledzie Reginy



Składniki

1 kg solonych śledzi

4 cebule

1/2 szkl. oleju

15 dkg koncentratu pomidorowego

10 dkg rodzynek

2 łyżki cukru

szczypta kwasku cytrynowego lub łyżeczka soku z cytryny

Wykonanie

Śledzie moczymy godzinę (jeśli są bardzo słone - dłużej) w zimnej wodzie. Wyjmujemy, odsączamy i kroimy w mniejsze kawałki. Cebulę kroimy w plastry. Rodzynki moczymy w ciepłej wodzie aż zmiękną. Olej rozgrzewamy w rondlu. Szklimy cebulę, dodajemy, dodajemy koncentrat, sok z cytryny, cukier, a na koniec rodzynki. Zagotowujemy mieszając. Śledzie i sos wkładamy warstwą w słoju. Podajemy następnego dnia.

Smacznego!

SLEDZIE GOTOWANE NA NIGILIE

SKŁADNIKI :

- 1,5 kilograma świeżych filetów ze śledzi

- cebula

- liście laurowe, gorczyca, ziele angielskie, pieprz

Półtora kilograma świeżych filetów ze śledzi wypłukac, pokroić na kawałki i ułożyć, tyko ile się zmieści na dnie garnka.

Na śledziach połoją poloją w talarci cebule, liście laurowe, gorczyca, ziele angielskie i posypać pieprzem. Na to kolejna warstwa śledzi, cebuli i przypraw. W osobnym naczyniu robimy zalewę. Składniki na zalewę :

5 szklanki wody, szklanka octu 10%, 2 łyżki soli, 3 łyżki cukru. Dokładnie mieszamy i zalewamy śledzie. Na wierzch wlewamy 3/4 szklanki oleju i zagotowujemy śledzie do pierwszego wrzenia.

Po ostygnięciu śledzie nadają się już do jedzenia, choć najlepsze są po kilku dniach. Potrawę można przechowywać w lodówce nawet przez miesiąc.

SMACZNEGO

Sledzie gotowane

2 kg filetów śledziowych

1 szkl wody

1/2 szkl octu

3 T cukru

2 T keczupu

2 T koncentratu

3 cebule

1/2 szkl oleju

liść laurowy, ziele angielskie

cebulę podsmażyć. Filety posolic,
posmarować musztardą, zwinąć.

Zalać ciepłą cebulą i resztą
składników i gotować 8 min.

Smacznego!

Śledzie w sosie tatarskim

pół kg filetów śledziowych

2 cebule

2-3 korniszony

kilka marynowanych grzybów np. pieczarek

1/2 szklanki majonezu

1/2 szklanki śmietany

2 łyżki soku z cytryny

szczypta pieprzu i cukru

Śledzie jeśli są solone namoczyć w wodzie kilka godzin. Oplukać, osuszyć i pokroić w kawałki.

Cebulę pokroić w kosteczkę, sparzyć wrzątkiem, odcedzić, skropić sokiem z cytryny.

Grzyby i korniszony pokroić w kosteczkę.

Śmietanę połączyć z majonezem, doprawić do smaku pieprzem i cukrem, wymieszać razem ze śledziami, cebulą, korniszonami i grzybkami.

Pozostawić w chłodnym miejscu na kilka godzin.

Sledź w majonezie

Składniki

1 kg śledzia solonego matias

2-3 cebule

pieprz mielony do smaku

1 łyżka majonez

Wykonanie

Śledzie wymoczyć i pokroić w wąskie paski.

Cebulę obrać i pokroić w drobniutką kostkę

Śledzie i cebulę posypać lekko pieprzem i wymieszać

Na końcu dodać majonez wymieszać wszystko razem i gotowe.

Smacznego

Matias 0,5K

1 Ogórek świeży

4 cebule czerwone

2 jabłka

} pokroić
w kostkę

Sos: 4 łyżki majonezu

4 łyżki śmietany kwaśnej
majonezu

pieprz cayenne

pieprz czarny

sól, natka zielonej ^{suszonej} pietruski

Śledzie wymoczyć pokroić w
kostkę. Na wierzchu pokroić
ogórek pokroić sosem, na
to cebulę w kostkę i jabłko
w kostkę na wierzchu sos.

Smacznego.

Śledź gotowany

1 kg śledzia solonego
1 szkl wody
 $\frac{3}{4}$ szkl octu
 $\frac{1}{2}$ szkl oleju
łyżeczka soli
5 liści laurowych
8 kulek ziela angielskiego
3 łyżki koncentratu pomidorowego
łyżka ketchupu
4 cebule
3 łyżki cukru
łyżeczka gorczycy

Śledzie wymoczyć w wodzie przez kilka godzin.
Zagotować zalewę z podanych składników (cebule pokroić w półksiężycy). Do gotującej się zalewy włożyć pokrojone śledzie i gotować 6 minut.
Zostawić do ostygnięcia, przechowywać w lodówce co najmniej do następnego dnia.

ŚLEDŹ ŚWIEŻY ZAPIEKANY W SOSIE POMIDOROWYM

SKŁADNIKI:

- ✓ 1 kg filetu ze śledzia
- ✓ 2 duże cebule
- ✓ ½ szklanki octu
- ✓ ½ szklanki oleju
- ✓ 1 średni słoik ketchupu
- ✓ 1 duża łyżka cukru
- ✓ sól do smaku
- ✓ 10 liści laurowych
- ✓ 10 ziaren ziela angielskiego

WYKONANIE

Z opłukanych filetów wykroić część grzbietową, pozostałość pokroić na pięciocentymetrowe części i lekko posolić. Cebule obrać i pokroić w plastry.

Do żaroodpornego naczynia układać warstwami:

I warstwa – śledzie – cebule – cukier - ziele angielskie i liście laurowe

II i III warstwa jak wyżej.

Całość zalać zalewą na którą składa się wymieszany ketchup z olejem i octem.

Naczynie wkładamy do nagrzanego pieca i pieczemy w 200⁰ C 30 do 40 minut.

