

Śledź w ziołach

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [milagro1975](#), dnia 2 Stycznia 2015r. o 15:41

Tagi: śledź, zioła, Wigilia, Boże Narodzenie

Rodzaj dania: przekąski ryby, owoce morza

Rodzaj kuchni: polska

Region pochodzenia: cała Polska

Rodzaj mięsa: ryby, owoce morza

Składniki przepisu

| Nazwa | Ilość | Miara | Kategoria produktu |
|--------------------------|-------|----------|--------------------|
| śledź solony - filet | 8 | szt. | ryby i owoce morza |
| cebula | 2 | szt. | warzywa |
| pieprz czarny mielony | 1 | łyżeczka | przyprawy i zioła |
| tymianek suszony | 0,5 | łyżka | przyprawy i zioła |
| bazylia suszona | 0,5 | łyżka | przyprawy i zioła |
| liść laurowy | 4 | szt. | przyprawy i zioła |
| ziele angielskie mielone | 1/4 | łyżeczka | przyprawy i zioła |
| skórka cytrynowa świeża | 1 | łyżeczka | owoce |
| oliwa z oliwek | 1/4 | szklanka | płyny i sosy |
| ocet winny | 1/4 | szklanka | płyny i sosy |

Opis

Przyprawy mieszamy razem (wszystko zmielone, liście laurowe pokróśzone na mniejsze części), cebule kroimy w póttalarki.

Śledzie płuczemy w wodzie, osuszamy, kroimy na mniejsze porcje.

W naczyniu (słoiku) układamy warstwami śledź, cebula, zioła, skrapiamy octem, zalewamy oliwą (powtarzamy czynność do wykończenia składników.

Odstawiamy do przegryzienia, najlepiej do następnego dnia.



Dla ilu osób: 4

Danie dietetyczne: nie

Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania

Czas przygotowywania: 0godz. 20min.

Cana:

Liczba kalorii: