



ŚLEDZIE Z MORELAMI I RODZYNKAMI

Składniki:

- 600 gram filetów śledziowych, tzw. matjasów
- ¾ szklanki oleju słonecznikowego lub rzepakowego
- 3 białe cebule
- 1 łyżka cukru
- sok z dwóch cytryn
- 10 suszonych moreli
- 100 g rodzynek sułtańskich
- 1 mały koncentrat pomidorowy bezglutenowy (80 gram)
- 3 łyżki ketchupu łagodnego bezglutenowego

Wykonanie:

- filety śledziowe wymoczyć, a następnie skropić obustronnie sokiem z jednej cytryny
- obrać cebulę i pokroić w cienkie talarki
- morele pokroić w kostkę (wielkości rodzynek)
- cebulę zasklić na patelni
- następnie do cebuli dodać: przecier pomidorowy, ketchup, cukier, sok z cytryny, rodzynki i morele
- całość na patelni doprowadzić do wrzenia i odstawić do całkowitego wystygnięcia
- filety śledziowe pokroić kostkę o wymiarach 1 x 1 cm i zalać zimnym przygotowanym uprzednio sosem

Tak przygotowane śledzie najlepiej smakują po 24 godzinach.