

## Śledzie w pomidorach



### KATARZYŃKA455



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>śledzie</b>	7 płatów
<b>cebula</b>	2 szt
<b>marchew</b>	2 szt
<b>koncentrat pomidorowy</b>	ok3 łyżki
<b>ketchup</b>	4-5
<b>rodzynki</b>	1 garść
<b>ziele angielskie</b>	3-4 szt
<b>Liść laurowy suszony Prymat</b>	2 szt
<b>miód</b>	1 łyżka duża
<b>sól</b>	
<b>pieprz</b>	
<b>cukier</b>	
<b>olej</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Śledzie jeśli są słone wymoczyć w wodzie i pokroić na małe kawałki. Marchew obrać i zetrzeć na tarce. Cebulę obrać i pokroić (można sparzyć).

Na patelni rozgrzać trochę oleju i zeszklić cebulę. Dodać też marchew i podlać dwoma szkl wody. Dodać liść laurowy, ziele angielskie i zagotować. Dodać koncentrat, ketchup i miód. Wszystko wymieszać, dodać wypłukane rodzynki i doprawić do smaku.

Sos uzupełniać wodą aby nie był zbyt gęsty. Sos odstawić do przestygnięcia, dodać śledzie i wymieszać.

Odstawić na ok 5 godz do lodówki.

