

## Tatar ze śledzia z awokado i ogórkiem kiszonym



**ANIA321**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

**wszystkie składniki:**

<b>filety z matiasa marynowane w oleju</b>	250 gramów
<b>ogórek kiszony</b>	1 sztuka
<b>czerwona cebula</b>	1 sztuka
<b>awokado</b>	1 sztuka
<b>jabłko</b>	1 sztuka
<b>biały ocet winny</b>	1 łyżka
<b>oliwa</b>	1 łyżka
<b>musztarda</b>	1 łyżeczka
<b>chleb tostowy</b>	4 plastry
<b>szczypiorek</b>	0.5 pęczek
<b>Pieprz czarny- MŁYNEK</b>	2 szczypty
<b>olej</b>	1 łyżka

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Śledzie moczyć przez 15 minut w zimnej wodzie. Następnie osuszyć ręcznikiem papierowym i pokroić w drobną kostkę.

Jabłko, awokado, cebulę i ogórka również pokroić w drobną kostkę. Dodać do śledzi.

Dodać oliwę, ocet winny i musztardę, wymieszać. Doprawić do smaku świeżo zmielonym pieprzem.

Małe filiżanki lub miseczki posmarować olejem. Nałożyć tatar, ubić mocno. Z kromek chleba tostowego wyciąć kółka o średnicy takiej samej, jak filiżanki, do których nakładamy tatar.

Ostrożnie wyłożyć tatar na krążki chlebowe. Wierzch udekorować posiekany szczypiorkiem.

Smacznego :)

