

Śledź z ananasem w hinduskim stylu



R'N'G KITCHEN



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

filety śledziowe	500 gramów
ananas świeży	200 gramów
morele suszone	200 gramów
rodzynki	1 garść
szalotka	4 sztuki
olej sezamowy	100 mililitrów
kalafior	0.25 sztuki
sos	1 szklanka
sok pomidorowy	125 mililitr

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Szalotki obieramy, kroimy w krążki.
Ananas, kroimy w kostkę, podobnie morele.
Kalafior dzielimy na różyczki.
Rodzynki moczymy w gorącej wodzie, odcedzamy.
Ananas, kalafior, morele, rodzynki i szalotki smażymy w woku na rozgrzanym oleju sezamowym.
Następnie dodajemy sos tandoori, sok pomidorowy i dusimy chwilę na dość dużym ogniu.
Studzimy.
Śledzie moczymy w wodzie z dodatkiem octu, przez dwie godziny, często wymieniając wodę.
Osuszamy papierowymi ręcznikami i kroimy na 1 cm kawałki. Dodajemy do sosu, delikatnie mieszamy i przekładamy do naczynia.
Śledzie najlepiej smakują po kilku dniach.