

Recettes de cuisine polonaise

En français



polskiego śledzia w oleju

(Recette de hareng polonais à l'huile)

Cette recette polonaise de poisson est un grand classique en Pologne.

Ingrédients :

- 1 lb de filets de hareng salés
- 1 gros oignon
- 1/4 tasse de vinaigre
- 1/4 tasse d'huile
- 1 tasse d'eau
- Une pincée de sucre / quelques gouttes de miel
- Du poivre noir (éventuellement)

Préparation :

1. Coupez les filets de hareng en dés et rincez-les plusieurs fois. Il s'agit de dessaler les harengs.
2. Pelez et coupez un oignon en fines rondelles.
3. Porter l'eau vinaigrée à ébullition.
4. Jetez délicatement l'oignon dans l'eau bouillante. Gardez-le pendant environ 2 minutes, puis rincez à l'eau froide.
5. Ajouter l'oignon au hareng et mélanger.
6. Ajoutez du poivre, une pincée de sucre ou quelques gouttes de miel.
7. Ajouter l'huile et mélanger.
8. Couvrez le bol et placez-le au réfrigérateur pendant une nuit.
9. Vous pouvez ajouter 2 cuillères à soupe de vinaigre, des dés de cornichons/champignons marinés/piments marinés.

Smaczego !