



całość ok. 800 kcal
porcja ok. 200 kcal

* Śledzie po litewsku

Składniki:

30 dag filetów śledziowych w oleju
1 duża cebula
½ szklanki rodzynek
½ szklanki białego wytrawnego wina
2 goździki
1 liść laurowy
2 ziarna ziela angielskiego
4 ziarna pieprzu

Sposób przygotowania:

Śledzie odsączyć z oleju, osuszyć papierowym ręcznikiem, pokroić na dzwonka. Cebulę pokroić w cienkie plasterki, sparzyć wrzątkiem. 1 ½ szklanki wody zagotować wszystkie przyprawy, następnie odcedzić wywar i połączyć z winem, dodać rodzynek. Śledzie ułożyć w słoiku, zalać marynatą, i obłożyć cebulą. Wstawić na noc do lodówki.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ SÓI



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURDYZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
WEGAŃSKA