

Aringhe marinate

Le ricette di pesce su RicetteItalia.org

Per 4 persone:

4 aringhe salate
10 cl olio d'oliva extra-vergine
25 cl vino bianco secco
25 cl aceto di vino
3 carote
2 cipolle grandi
2 spicchi aglio
semi di finocchio
1 foglia alloro
pepe nero in grani

Preparazione

Spellate e sfilettate le aringhe. Mettete a cuocere nel vino e aceto le carote e le cipolle affettate finemente, gli spicchi d'aglio schiacciati, l'alloro, i semi di finocchio e il pepe in grani. Fate cuocere a calore moderato finché sia tutto ben cotto e versate questa marinata bollente sui filetti di aringa che avrete disposto in una teglia. Coprite con carta paglia bagnata e con il coperchio e fate cuocere per un quarto d'ora. Fate raffreddare, sistemate i filetti d'aringa in una terrina, ricopriteli con la marinata, versatevi l'olio e lasciate riposare in luogo fresco per qualche giorno.

[Ricette Italia - Le tue ricette di cucina online.](#)

<http://www.ricetteitalia.org>