



### Śledzie z papryką w pomidorowym sosie

Pomysł na śledzie z papryką w pomidorowym sosie to moja delikatna przeróbka przepisu z zeszytu Mamy. Taką a'la sałatkę śledziową w sosie pomidorowym Mama robi czasem na wigilię, a ja tu jeszcze dodałam paprykę, pietruszkę i odrobinę natki pietruszki. Z tym, że natkę dodałam na sam koniec, już przed podaniem. Na zdjęciu jest jej niewiele, tylko do dekoracji, ale to wyłącznie po to, by nie dominowała nad śledziami. To śledzie są tu głównym tematem i to starałam się pokazać na fotografii.

Śledzie w z tego przepisu ocenie podlegały wyłącznie przez osoby, które wprost za nimi przepadają (bo jak mówię wprost w przepisie na [Śledzie smażone w cieście](#) – ja za tą surową rybą to tak niekoniecznie...;)). Ale ocena była bardzo pozytywna. Papryka jako dodatek i natka pietruszki, która nadaje aromatu przypadły do gustu domownikom, dlatego przepis właśnie teraz podaję dalej – może jeszcze zrobisz na święta? ☐

Z przyprawami też trochę kombinowałam po swojemu, ale jeśli nie masz akurat kolorowego pieprzu to śmiało użyj czarnego. A ilość zarówno pieprzu jak i ostrej papryki możesz dozować według własnych upodobań, ale pamiętaj, że w tym przepisie cały sekret tkwi w wyostreniu smaku. Dzięki odpowiedniemu doprawieniu śledzie nie są mdłe, a przyjemnie wyraziste (przyjemnie zdaniem oczywiście testujących, choć sam sos podczas doprawiania jadłam również ja i potwierdzam). Śledzie z papryką w pomidorowym sosie przygotowałam wykorzystując filety z solanki, ale jeśli kupisz świeże płaty śledziowe to namocz je w solonej wodzie, by naszły trochę smakiem. Tu jest odwrotnie – wymoczyłam je, by nie były za słone, bo te z beczkowej solanki są aż nadto solą naciągnięte.

---

## PRZEPIS NA ŚLEDZIE Z PAPRYKĄ W POMIDOROWYM SOSIE

### Składniki:

4 płaty śledziowe z solanki  
1 czerwona papryka  
1 nieduża pietruszka  
80 g koncentratu pomidorowego  
2 łyżki oleju rzepakowego (do smażenia)  
1 czubata łyżeczka słodkiej papryki  
1/2 łyżeczki ostrej papryki  
1/2 łyżeczki kolorowego pieprzu  
sól do smaku  
natka pietruszki do podania

### Sposób przygotowania:

Śledzie z solanki dokładnie przepłucz pod zimną wodą, a potem wymocz w ciągu doby dwukrotnie w czystej, zimnej wodzie. Dwukrotnie – czyli po kilku pierwszych godzinach zmień wodę na świeżą i zostaw do następnego dnia. Proces moczenia powinien odbywać się w lodówce lub opcjonalnie innym zimnym miejscu (np. piwnica). I jak w opisie wyżej – jeśli kupisz świeże – wymocz odwrotnie, czyli w wodzie z solą, by trochę nią naszły.

Wymoczone śledzie pokrój w mniejsze kawałki. Cebulę obierz, przekrój na 4 części i pokrój je w piórka. Paprykę pozbaw gniazd nasiennych i pokrój w drobną kostkę. Pietruszkę obierz i zetrzyj na dużych oczkach tarki.

Rozgrzej olej na patelni i zeszklij cebulę. Następnie dodaj paprykę i startą pietruszkę, przesmaż razem kilka minut. Na koniec dodaj koncentrat i przypraw do smaku, duś razem aż warzywa będą miękkie.

Do jeszcze gorącego sosu wrzuc śledzie i całość wymieszaj. Zostaw do ostudzenia. Przed podaniem oprósz natką pietruszki (natki najlepiej nie dodawać do gorącego, by nie traciła swoich cennych właściwości).