



## Lindholmen Matsal recept Sillskolan november 2018

### **Fänkålssill**

- 800 g sillfiléer, urvattnade
- 1 dl ättikssprit 12%
- 2 dl socker
- 2 dl vatten
- ½ dl fänkålsfrön
- Rivet skal från 1 apelsin
- Saften från apelsinen
- 4 st lagerblad
- 2 st silverlökar eller stora bananschalotten
- 1 st fänkål

#### Inläggningslag:

Skala och skiva löken tunt. Skär bort roten på fänkålen, dela den i fyra delar på längden och skiva den tunt. Koka upp socker, vatten, ättika och apelsinsaft med kryddorna. Lägg i lök, apelsinskal och fänkål. Kyl ner lagen.

Skölj av sillfiléerna i kallt vatten och skär dem i munsbitar om de är hela. Lägg ner bitarna i lagen och låt stå minst 2-3 dagar innan de serveras. Sillen håller sig länge i väl rengjorda burkar.