



Lindholmen Matsal recept

Sillskolan 23 och 24 november 2016

Fänkålssill

Tänk på att aldrig ha fingrarna i lagen. Använd gärna gummihandskar.

- 800 gr Sillfiléer, urvattnade
- 2 dl ättikssprit 12 %
- 4 st socker
- 6 dl vatten
- ½ dl fänkålsfrön. Krossade i mortel
- Rivet skal från en apelsin (bara det yttersta på skalet)
- 4 st lagerblad
- 2 st rödlökar
- 1 st fänkål

Inläggningslag:

Skala och skiva rödlöken tunt.

Skär bort roten på fänkålen och dela den i fyra delar på längden. Skiva fänkålen tunt.

Koka upp lagen med kryddorna.

Lägg i rödlök och fänkål.

Kyl ner lagen.

Skölj sillfiléerna i kallt vatten och skär dem i munsbitar.

Lägg ner sillbitarna i lagen och låt stå minst 2-3 dagar innan de serveras.

Sillen håller sig länge i väl rengjorda burkar.

Bon apatit



Lindholmen Matsal recept Sillskolan 23 och 24 november 2016