



ARINGA MARINATA TRADIZIONALE

PREPARAZIONE E TEMPI DI COTTURA: 15 MINUTI

INGREDIENTI

- 4 cucchiaini di olio vegetale
- 200 g di passata di pomodoro
- 200 g di zucchero a velo
- 80 ml di acqua
- 120 ml di aceto bianco
- 1/2 cucchiaino di sale
- 1/4 di cucchiaino di aneto secco
- 1/4 di cucchiaino di pepe nero macinato fresco
- 4 filetti di aringa, spinati e tagliati a cubetti

METODO DI PREPARAZIONE

1. Scaldare l'olio in una padella iCook grande, a fuoco medio finché non è ben caldo.
2. Aggiungere la passata di pomodoro e fare bollire, mescolando continuamente. Abbassare il fuoco al minimo e aggiungere lo zucchero.
3. Cuocere fino a quando lo zucchero non si è disciolto prima di togliere la padella dal fuoco. Mescolare l'acqua, l'aceto, il sale, l'aneto e il pepe.
4. Mettere l'aringa in una grande ciotola di vetro. Versare la passata di pomodoro.
5. Fare raffreddare a temperatura ambiente prima di sigillare bene con un coperchio. Fare raffreddare in frigorifero per 1 giorno prima di servire.