

# Saramură de Scrumbie [la APARTAMENT] ca în Delta




# Saramură de Scrumbie [la APARTAMENT] ca în Delta





Saramura de scrumbie făcută acasă, la apartament, ca în Delta sau chiar ca pe Dunăre, și fără necesitatea unui grătar de afară sau de pe balcon. Îți voi arăta cum să procedezi pentru a evita fumul produs de gătirea legumelor și cum să obții o scrumbie perfectă pentru o saramură ca în Delta.

- 4-5 buc scrumbii proaspete (sau orice alt tip de pește)
- 100 g sare pentru patul de sare
- 2 buc ardei iuți
- 2-3 buc ardei kapia, sau ardei gras
- 2 buc cepe medii
- 1 căciulie de usturoi + usturoi pentru mujdei
- 1 kg roșii proaspete
- 2-3 frunzulițe de dafin
- 1/2 linguriță piper boabe pentru aromă
- un vârf de piper proaspăt rășnit pentru puțină iuțeală specifică
- 1 L apă
- 2-3 linguri de oțet de mere
- 1 legătură pătrunjel verde


## **Pregătirea legumelor pentru copt:**

1. Încălzește cuptorul la 200 de grade.
2. Taie două cepe în jumătate și lasă-le cu coajă. Pregătește trei ardei capia, o căciulie de usturoi tăiată în jumătate, și un ciorchine de șase roșii proaspete.
3. Așază toate aceste legume într-o tavă. Adaugă doi ardei iuți.
4. Stropește legumele cu puțin ulei de floarea soarelui și presară sare peste ele.  

5. Coace legumele în cuptorul preîncălzit pentru aproximativ 25-30 de minute.

## **Prepararea scrumbiei:**

1. Încinge o plită de apartament și presară un strat uniform de sare pe suprafața acesteia.
2. Odată ce plita și sarea sunt încinse, așază scrumbia pe plită.  

3. Frige scrumbia pe ambele părți, câte 3-5 minute pe fiecare parte.  

4. Îndepărtează excesul de sare de pe pește după ce este gata.

## **Finalizarea saramurii:**

1. După ce legumele sunt coapte, scoate-le din cuptor. Curăță și taie ceapa, ardeii capia și roșiile.  

2. Într-o tigaie mare, toarnă un litru de apă fierbinte.
3. Adaugă legumele tăiate în tigaie. Adaugă 4 frunze mici de dafin, jumătate de linguriță de boabe de piper, puțin piper măcinat și 2-3 linguri de oțet de mere.
4. Odată ce dă în clocot, adaugă scrumbia friptă. Lasă să

fiarbă la foc mic pentru aproximativ 6-7 minute.



5. După ce saramura este gata, oprește focul și presară frunzulițe tocate mărunt de la pătrunjelul proaspăt peste saramură. Stropește cu mușdei de usturoi făcut spumă.
6. Servește saramura caldă, alături de mămăliguță moale.

