

Les harengs à l'huile

Ingrédients :

des filets de harengs fumés sous vide
de l'huile de tournesol (ou 4 huiles en mélange)
de l'huile d'olive
3 ou 4 oignons
1 petite carotte et des feuilles de laurier

Il faut couper les oignons en fines lamelles et les poissons en morceaux grossiers (on peut bien sûr les laisser entiers, mais pour faire une salade de pommes de terre c'est plus pratique de les couper d'avance).

Alterner une couche d'oignons et une couche de morceaux de poisson.

Recouvrir le tout d'un mélange d'huile d'olive et d'huiles moins parfumées comme le tournesol.

J'ajoute des tranches très fines de carotte et 2 ou 3 feuilles de laurier, comme le faisait ma grand-mère. Il suffit de laisser mariner 24 heures au réfrigérateur et de servir en entrée ou bien de préparer une salade de pomme de terre à l'huile. Le truc qui rend la salade savoureuse : arroser légèrement les morceaux de pommes de terre encore chaudes d'un peu de vin blanc avant d'ajouter les morceaux de harengs à l'huile et les morceaux d'oignons.