Silakkaseljanka

300 g silakkafileitä
2 porkkanaa
1 pieni fenkoli
15 sentin pala purjoa
2 rkl öljyä
1 l vettä
2 kalaliemikuutiota
2 rkl tomaattipyreetä
2 laakerinlehteä
2 valkosipulinkynttä
2 rkl tuoretta timjamia
1 tl kokonaisia mustapippureita
1 dl vihreitä oliiveja
1 herkkukurkku

lisäksi: smetanaa tai ranskankermaa

- Kuori ja suikaloi porkkanat. Paloittele fenkoli ja viipaloi halkaistu, huuhdeltu purjo. Kuullota kasviksia öljytilkassa kattilassa hetken aikaa. Lisää kalaliemi sekä tomaattipyree ja muut mausteet.

- Anna hautua miedolla lämmöllä 10 min ja lisää sitten paloitellut silakkafileet sekä oliivit ja kuutioitu kurkku. Kala kypsyy parissa minuutissa.

- Tarjoa keiton kanssa ranskankermaa tai smetanaa ja hyvää tuoretta leipää.

Silakkamurekepihvit

(noin 14 kpl)

500 g silakkafileitä
100 g (1-2 kpl) keitettyä perunaa
100 g (1-2 kpl) keitettyä porkkanaa
2 munaa
1 dl kevytkermaa tai vettä
1 dl korppujauhoja
3 tl makeaa chilikastiketta tai ripaus chilijauhetta
1 tl suolaa
1 tl valkopippuria
1 dl tuoretta tillisilppua

- Hienonna silakkafileet monitoimikoneessa. Mikäli haluat pihveistä vaaleamman värisiä, poista fileistä nahka ennen hienontamista. Lisää keitetyt perunat ja porkkanat ja anna koneen käydä, kunnes seos on tasaista massaa. Lisää seokseen munat, neste ja korppujauhot. Sekoita joukkoon mausteet ja anna makujen tasautua kymmenen minuuttia.

- Muotoile mureketaikinasta pihvejä vedellä kostutetuin käsin ja paista ne rasvassa miedolla lämmöllä ohukaispannussa tai paistinpannussa molemmin puolin kullanruskeiksi.

Vinkki! Samasta mureketaikinasta voit muotoilla pyöryköitä tai kypsentää murekkeen vuoassa uunissa.

Pro Kala

Paljon lisää ihania kalaohjeita osoitteessa www.prokala.fi

EMKR OSITTAIN RAHOITTAMA JULKAISU

pro.092016.20000

Seitsemän sortin silakkaa

Pro Kala

Kuvan ohje seuraavalla sivulla

Silakkatapakset

600 g silakkafileitä

Marinadi:
1 - 1 ½ dl valkoviinietikkaa
1 ½ dl rypsi- tai oliiviöljyä
2 tl merisuolaa
1 -2 valkosipulinkynsi

Lisäksi:
tuoretta persiljaa
roseepippureita tai tuoretta tilliä
6 – 8 perunaa
valkosipulituorejuustoa
salaatinlehtiä

● Poista silakkafileistä nahka. Sekoita marinadin ainekset keskenään, valkosipuli kuorittuna ja hienonnettuna.
Nostele nahattomat silakkafileet marinadiin ja tarkista, että marinadi peittää kaikki fileet. Anna maustua jääkaapissa seuraavaan päivään.
● Keitä kuoripäälliset perunat ja anna niiden jäähtyä viileässä seuraavaan päivään.
● Valuta silakkafileet liemestä. Kuori ja leikkaa perunat poikittain paksuhkoiksi viipaleiksi. Asettele perunaviipaleet tarjolle suupaloina laakealle tarjoiluvadille.
● Sipaise jokaiselle perunaviipaleelle valkosipulituorejuustoa ja aseta sopivan kokoiseksi revittyä salaatinlehteä. Kiinnitä päälle cocktailtikun avulla rullalle kääräisty, marinoitu silakkafilee.
● Koristele murskatulla roseepippurilla, persiljalla tai hienonnetulla tillillä. Tarjoa noutopöydässä pienenä suolapalana.

Vinkki: Silakkatapaksia voit mainiosti valmistaa myös valmiista silakkamarinadeista.

Ohjeen kuva esitteen kannessa

Silakkaa sipulikastikkeessa

500 g nahattomia silakkafileitä

Silakkafileiden marinointiliemi:
1 dl väkiviinaetikkaa
2 dl sokeria
3 dl vettä
1 ti hienoa merisuolaa
2 laakerinlehteä

● Kiehauta etikkaliemen ainekset, jäähdytä liemi kylmäksi ja kaada nahattomien silakkafileiden päälle.
● Anna silakoiden maustua jääkaapissa noin vuorokauden ajan. Voit myös käyttää kaupasta saatavia valmiiksi marinoituja silakkafileitä.

Sipulikastike:
1 valkosipulin kynsi
1kpl punasipulia
0,5 dl ruohosipulia
400 g ranskankermaa
1 kpl sitruunan raastettu kuori ja sitruunan mehu
2 kpl Granny Smith-omenaa kuutioituna
0,5 tl sokeria
1 tl Dijon-sinappia
hienoa merisuolaa ja mustapippuria myllystä

● Hienonna valkosipuli, punasipuli ja ruohosipuli. Kuutioi omena ja mausta omenakuutiot sitruunamehulla.
● Sekoita kastikkeen ainekset keskenään. Mausta suolalla ja pippurilla.
● Valuta ja kuivaa marinoidut silakkafileet. Laita marinoidut silakkafileet kastikkeen joukkoon maustumaan.
● Anna tekeytyä jääkaapissa vähintään 6 tuntia tai seuraavaan päivään.
● Tarjoile mallaslimpun tai ruisleivän kera. Lisukkeiksi silakkaleiville sopivat esimerkiksi tilli, friteerattu sipuli ja siianmäti.

Tex-Mex silakkapihvit ja veneperunat

4:lle

400-500 g silakkafileitä
2-3 rkl taco-, salsa- tai mietoa chilikastiketta
100 g maustamatonta tai esim. tacomaustettua tuorejuustoa
2 dl maissihiutaleita
1 dl juustoraastetta
1 tl paprikajauhetta
ripaus chiliä
0,25 tl suolaa

VENEPERUNAT
4-6 perunaa
2 rkl öljyä
1 tl paprikajauhetta
0,25 tl jauhettua valkopippuria
(ripaus chiliä)
0,5 tl suolaa

● Aloita ruoan valmistus perunoista. Kuumenna uuni 200 asteeseen. Pese perunat hyvin ja leikkaa ne veneen mallisiksi lohkoiksi. Levitä perunaveneet pellille leivinpaperin päälle. Sekoita mausteet öljyn joukkoon ja levitä seos siveltimellä perunoille. Paista perunoita yksinään n. 10-15 minuuttia uunissa.

● Levitä puolet silakkafileistä nahkapuoli alaspäin työlaudalle. Sekoita maustekastiketta makusi mukaan tuorejuuston joukkoon ja jaa juusto pieniä nokareina silakkafileille. Nosta loput fileet nahkapuoli ylöspäin kansiksi. Murskaa maissihiutaleet kourassasi. Sekoita kulhossa juustoraaste, paprikajauhe, chili ja suola maissihiutalemurskan kanssa.
● Ota perunapelti uunista ja siirrä perunat pellin toiseen reunaan. Nosta silakkapihvit perunoiden seuraksi pellille. Ripottele juustoraasteseos pihveille. Paista silakkapihvejä ja perunoita n. 15 min, kunnes perunat ja pihvit ovat kauniin värisiä ja kypsiä.

Vinkki: Jos kaipaat kastiketta ruoalle, saat sitä helposti sekoittamalla kermaviilin joukkoon sitä maustekastiketta, jolla maustoit pihvien väliin tulleen tuorejuuston. Tai käytä valmiiksi chilillä ja tomaatilla maustettua ranskankermaa, jota voi ohentaa maidolla tai sitruunamehulla.

Silakka-pastakeitto

noin 300 g silakkafileitä
½ purjo
noin 1 l vettä
2-3 rkl kala- tai hummerifondia
100 g katkarapu-, tomaatti-oliivi- tai muuta maustettua tuore- tai sulatejuustoa
300-400 g pakastevihanneksia tai tuoreita paloiteltuja kasviksia
1-1½ dl pieniä makaroneja (esim. simpukka)
(suolaa)
musta- tai valkopippuria
hienonnettua tilliä

● Huuhdo purjo ja leikkaa se renkaiksi. Kuumenna vesi kiehuvaksi ja lisää joukkoon fondi ja purjosuikaleet ja juusto nokareina. Keitä muutama minuutti.
Lisää sekaan pakastevihannekset tai tuoreet kasvispalat ja pasta ja keitä 6-10 min. Tarkista vihannesten ja pastan kypsymisaika pakkauksesta.

● Leikkaa silakkafileet parin cm:n paloiksi ja sekoita ne varovasti keiton joukkoon. Kypsennä miedolla lämmöllä muutama minuutti. Älä keitä, ettei silakka hajoa. Tarkista maku ja mausta keitto tarvittaessa suolalla ja mustapippurilla. Ripottele lopuksi joukkoon runsaasti hienonnettua tilliä. Tarjoile keitto esim. paahdetun ruisleivän kera.

Silakkavuoka marinoidusta silakasta

3-4:lle

noin 800 g perunoita viipaleina tai 1 pss pakasteperunasuikaleita
2 sipulia tai 1 purjo
150 g pakastepinaattia
1 prk (250/115 g) marinoituja esim. tilli-sipuli silakkafileitä tai -paloja
1/2-1 rkl purkin lientä
10-15 mauste- tai mustapippuria
(1 ruukku tilliä)
2 dl ruokakermaa
1/2-1 dl vettä tai kalalientä
(Pinnalle: 1-2 murustettua ruisleipäviipaletta)

● Kuori sipulit tai halkaise ja huuhdo purjo. Silppua pieneksi. Jos käytät kokonaisia perunoita, kuori ja viipaloi ne. Sipaise uunivuoka öljyllä ja levitä noin puolet perunaviipaleista vuoan pohjalle. Lisää sipulit sellaisenaan tai kuullotettuna.
● Levitä marinoidut silakkafileet tasaisesti perunoiden ja sipulien päälle. Ripottele pinnalle murskatut pippurit, hienonnettu tilli ja sulanut pinaatti sekä loput perunat. Pirskota päälle vähän marinointilientä.
● Kaada päälle ruokakerma. Lisää kermapurkkiin vesi, hölskyttele ja kaada vuokaan.
(Murusta ruisleipä ja ripottele se vuoan pinnalle.)
● Kypsennä 200-225 asteessa 45-60 minuuttia uunin toiseksi alimmalla ritilätasolla.
● Tarjoa lisäkkeeksi ruisleipää ja tomaatteja tai kokonaisia tai lohkoina keitettyjä punajuuria.