

50 GODE SILDERETTER

til hverdag og fest

Opplysningsutvalget for Fisk presenterer
her et utvalg av de beste silderettene
fra Faglig Matråd.



Stekt, syltet sild, side 7.

STEKTE RETTER I PANNE

Stekt sild.

1 kg fersk sild eller
3/4 kg sildefilet
2 ts salt
3 ss hvetemel
1/2 ts pepper
Smør/margarin til steking

Vask og rens silda i benfrie doble fileter. Tørk silda godt og dryss litt salt i buken. Skjær 2-3 skråsnitt i skinnen på hver side og vend silda i hvetemel/salt/pepper. Stek silda ved middels varme.

Servertes nystekte med kokte poteter og f.eks. rødkål, surkål, purstuing, løk surret i fløte, råkost med rå rødhet, eple, rosin, hodekål og appelsin.

Variasjon:

Det smaker også godt å fylle silda; stor sild fylles i buken og mindre sild legges to og to sammen med fyll imellom.

Fyll:

- Fres 1 hakket løk i smør og bland med 2 ss kapers og 3 ss hakket persille
- 3 ss hakket sylteagurk, 3 ss syltet rødhet
- 2 ss hakket paprika, 2 ss hakket stilselleri og 1/4 finhakket løk

Sprøstekt småsild/brising

3/4-1 kg småsild
2 ss hvetemel
1 ts salt
1/2 ts pepper
smør til steking
2 1/2 dl lettromme
2 ss karve

Skyll fisken godt i kaldt vann. Knip hodene av de største - få gjerne med innmaten. Tørk fiskene godt. Bland mel, salt og pepper i plastpose. Rist en håndfull fisk av gangen i posen. Brun smør i pannen. Por sjonen blir to fulle stekepanner. Brun fiskene godt på den ene siden. Snu og brun videre til alle er brune og sprø. Bland forsiktig romme og karve.

Servertes fisken med romme-sausen, poteter og flatbrød.

Sild med dill

Ca 700 g sildefileter
1 ts salt

Fyll:

1 1/2-2 ss sennep
1/2 ss mykt smør
1/2 dl hakket dill

Panering:

1 egg
1/2 dl grovt sammalt mel
1/2 dl kavring
1/2 ts salt
1 kryddermål pepper

Legg sildefiletene med skinn-siden ned, dryss over salt. Rør sammen sennep, smør og dill og smør på filetene og Brett sildefiletene sammen. Vend sildefiletene i sammenpisket egg, og så i mel, kavring og salt- og pepperblandingen. Stek sildefiletene i smør i middels varm panne 2-3 minutter på hver side.

Servertes med kokte poteter, rårevne gulrøtter og remuladesaus eller romme smakt til med sennep.

Friterte sildefileter

1 kg småsild eller fjordsild
1 dl hvetemel
1 ts salt
litt pepper
soyaolje eller matfett

Rens, vask og fileter silda. Tørk den godt før den vendes i hvetemel tilsatt salt og pepper. Friter sildefiletene i olje ved 175°C til de er gyldne og sprø.

Servertes nystekte og varme med kokte poteter og en frisk råkostsalat av gulrot, appelsin og eple.

Stekt, syltet sild

1 kg fersk sild, eller ca 700 g fileter smør eller margarin til steking.

Lake:

ca 2 dl eddik 7%
2 dl fiskekraft
ca 60 g sukker
1 ts salt
5 hele pepper
2 laurbærblad
1 løk

Vask og rens silda i benfrie fileter. Klipp av finnene og tørk den. Lett-brun smøret i stekepannen og brun silda pent på begge sider. Legg eventuelt den stekte silda på papirhåndkle noen minutter slik at overflødig fett trekkes ut. Avkjøl silda.

Kok opp laken med krydder og avkjøl den. Kraften kan kokes på skinn og ben fra silda hvis det brukes hel sild. Legg sildefiletene i et egnet fat og hell på laken. La silda trekke på et kjølig sted ca 1 døgn.

Skjær løken i ringer og legg dem over silda ved servering, eller ha dem på samtidig med laken. Server brød eller kokte, varme poteter til.

Silda kan grilles i mel, salt og pepper før steking, men da blir laken noe mer uklar. Laken kan også slås varm over. Den holder seg i flere dager når den oppbevares kaldt.

OVNSTEKTE RETTER

Sildefavoritt

Ca 700 g sildefileter
1 1/2 ts salt
1/2 dl finklippt persille
1/2 dl finstrimlet purre
1 1/2 dl fløte
2-3 ss sennep
1/2 dl kavring

Varm opp ovnen til 225°C. Legg filetene med skinn-siden ned på et fat. Dryss over salt, persille, purre og legg to og to sildefileter sammen slik at fyllet vender inn. Legg silda i et ovnfast fat og hell over fløte/sennepblandingen. Dryss over kavring og stek i ovn ca 30 min.

Servertes med kokte poteter og råkost.

Fersk sild i form

3/4 kg små sildefileter
salt
4-6 tomat
gressløk
1/4 l husholdningsfløte
2-3 dl revet gul ost.

Legg sildefiletene takstenslagt i smurt, ildfast form. Dryss på salt og rikelig med gressløk. Skjær tomatene i skiver og legg disse oppå silda. Hell over fløten og dryss på revet ost. Stek formen ved 225°C i ca 30 min.

Sild på epleseg

ca 1 kg småsild/fjordsild
1 finhakket løk
1 ss olje
4 sylrige epler
1 ss revet ost
1 ss griljermel

Ta ryggbenet ut av den rensede silda. Finhakk løken og la den surre i oljen til den er blank. Riv eplene på grovt råkostjern og legg dem i bunnen av et ildfast fat. Legg løken over, og til slutt sildefiletene med skinn-siden opp. Stro over sammenblandet ost og griljermel.

Stek silda, omtrent midt i ovnen, ved 225°C i ca 20 min.

Fersk sild med romme

1 kg fjordsild
1 1/2 ts salt
1/2 ts pepper
4 ss persille
3 ss dill
2 1/2 dl seterromme
3 ss kaviar

Rens silda og ta ut ryggbenet. Dryss på salt og pepper. Rør sammen hakket persille, dill, romme og kaviar. Legg silda i en ildfast form. Stek ved 225°C i ca 20 min.

Servertes varm eller kald.

Aftensrett med sild

12 fjordsild
6 ansjos
1 ss smør
2-3 ss ansjoslake
2 1/2 dl kremfløte
litt kavring

Rens silda og ta ut ryggbenet. Legg en ansjosfilet i hver sild. Silda legges tett i smurt form med ryggen opp. Blød fløte og ansjoslake og hell over. Strø kavring på toppen. Stekes ved 175°C i ca 20 min.

Eplesild

3/4-1 kg småsild
1/2-3/4 ss salt
2-3 ts karri
3-4 sylrlige epler
smør eller margarin
2 ss strøkvavring
1 dl fløtemelk

Rens silda i benfrie doble fileter. Dryss salt i buken. Skjær epene i tynne båter og krydr dem med karri. Brett sammen silda så de ser hele ut og legg dem med ryggstida opp i et smurt ildfast fat. Dryss strøkvavring over samt litt salt og karri. Stikk ned noen eplebåter mellom silda og fordel småtapper av smør eller margarin over formen. Stek i ovn ved 225°C i ca 25 min. Øs en gang og spe med fløtemelk mot slutten.

Server potetstappe til og råkøst av revet gulrot og finsnittet kål.

Rollmops i eggstand

4-6 ferske sild
2 ss hakket gressløk
salt og pepper
4 egg
1 dl melk
2 ss hakket gressløk

Rens, vask og fileter silda. Tørk filetene godt og dryss dem med hakket gressløk, salt og pepper. Rull dem sammen fra hode mot halen med skinnstida ut. Legg sildeullene i et smurt fat med skjotene ned. Visp egg og melk lett sammen. Tilsatt gressløk og hell blandingen over sildeullene i fatet. Dekk fatet med aluminiumfolie og sett det i ovnen ved 180°C i ca 45 min. eller til eggstandan har stivnet og silda er gjennomkokt.

Serveres med varm råkøst og kokte poteter.

Gourmet-sild

1 kg fersk småsild
1 pk (125 g) Gourmetost med krydder
2 ts salt
1 bt kruspersille
1 boks hermetiske tomater

Fileter silda og smør ost på skinnstida. Dryss på salt og hakket persille og rull filetene sammen med skinnstida ut. Fest rulladene med en

pinne. Bland resten av osten og innholdet i tomatboksen i hurtigmikser så det blir jevnt. Hell tomatsoven i et ildfast fat og legg i rulladene. Dryss over resten av persillen og stek retten ved 225°C i 15-20 min.

Server gourmet-sild varm eller kald med grovt brød og en frisk salat ved siden av.

FARSERETTER

Sildekaker

1 kg fersk sild, eller
750 g malt sild
2 ts salt
1/2 ts pepper
1/2 ts malt ingefær
1 hakket løk
ca 1 dl griljermel eller
1 stor rå potet
1-2 dl melk
Smør/margarin til steking

Skjær hodet av silda, ta ut innvolene og vask godt. Bruk gjerne rogn og melke i farsen. Mal silda med skinn og ben en gang. Bland krydder og griljermel/potet i farsen og spe med melk. Form kaker i hånden med en fuktet skje og stek kakene i smør/margarin.

Serveres nystekte med potetmos og råkøst.

Sildekarbonader

1 kg sild, eller
700 g malt sild (sildefarse)
1 1/2 ts salt
1 ts grovmalt pepper
1 1/2 ss potetmel
1-2 dl melk
1 ss finhakket løk
4 løk
smør til steking

Vask, skrap og rens silda. Skjær av hodet. Mal silda med skinn og ben en gang. Rør sildefarsen med salt, pepper og potetmel. Spe med melk og rør i finhakket løk. Form til flate kaker. Stek på begge sider i brunet smør. Skjær løken i tynne ringer. Brun dem i smør og server sildekarbonadene med brunet løk, poteter og grønn salat.

KOKTE RETTER

Sildefrikassé

6-8 sild
ca 2 1/2 dl vann
1 1/2 ts salt
8 hele pepperkorn
2 ss eddik 7%
grener av dill eller persille

Grønnsaker:

2 gulrøtter
1 lite blomkålhode
2 dl grønne erter eller sukkererter
hakket persille

Sitronsaft:

3 ss margarin
3 ss hvitemel
5 dl melk og grønnsakvann
salt - pepper
revet skall av 1 sitron
4 ss sitronsaft

Rens, vask og fileter silda. Rull sildefiletene sammen fra hode mot halen med skinnstida ut. Legg dem etter hvert med skjoten ned i en høy panne eller lav kjele. Hell på så mye vann at filetene er knapt dekket. Tilsatt salt og krydder. La filetene trekke ved svak varme under lokk ca 15 minutter.

Rens grønnsakene og del dem i ikke for store stykker. Start med gulrøttene og la dem koke noen minutter før blomkålbukettene og eventuelt sukkererter legges i. Brukes frosne erter bør de kun skylles i varmt vann.

Sitronsaft:

Smelt margarin i en kjele. Tilsatt hvitemel og bland godt før melken og grønnsakvannet tilsettes litt etter litt. Rør godt hele tiden. La sausen få et oppkok før den smakes til med salt, pepper og sitron. (I stedet for sitron kan denne sausen smakes til med karri, sennep eller ketchup.)

Ta sildeulladene opp av kokkvannet med en hullsleiv og legg dem på et stort fat sammen med grønnsakene. Hell noe av sausen over og server resten i skål for seg. Dryss med hakket persille.

Fersk sild med grønt

700 g sildefileter
1 ts salt
1 kryddermalt pepper
1 liten finsnittet purre
1 ss hakket persille
1 ts grønn dill
3/4 dl vann
3/4 dl fløtemelk

Skyll og tørk filetene. Del filetene på langs hvis silda er stor. Strø litt salt og pepper på hver sildefilet og rull sammen. Legg sildeullene i en kjele. Dryss salt og pepper over. Fordel purre, persille og dill over. Hell vann og fløtemelk på. Legg lokk på og la retten trekke i ca 20 min. til silda er kokt.

Serveres med kokte poteter, grønnsaker og flatbrød.

Sitronsild

1 kg fersk sild

Lake:

4 del vann
ca 4 ss sitronsaft
2 ts salt
5 hele pepper
5 hele allehånde
1 laurbærblad

Fynt:

dill
tynne sitronskiver

Fjern ryggbenet fra den rensede silda. Del hver sild i 2-3 stykker. Kok opp laken og la den koke 10-15 min. Legg silda i en ildfast form eller kassrolle, slå laken over og la silda stå og trekke ved svak varme ca 10 min. Avkjøl silda i laken.

Server silda kald, pyntet med riklig klippet dill og sitronskiver.

Gelésild

1 kg fersk sild/760 g filet
2 ts salt

Lake:

2 ss 7% eddik
2 ss salt
4 laurbærblad
litt dill
10-15 hele pepperkorn
5 dl vann

Gelé

5 pl gelatin
3 dl kraft fra laken
eller 1 pk lys aspic

Rens silda og fjern ryggbenslik at filetene henger sammen i ryggen. Dryss filetene med salt. Rull dem sammen fra halen og sett dem tett sammen i en kjele. Bland alt til laken, hell den over silda og la alt trekke ca 10 min.

Ta filetene opp med f.eks. hullsleiv og legg dem i en bolle. Sil laken og mål opp. Bløtlegg gelatinen i litt kaldt vann. Klem ut vannet og løs opp gelatinen i kraften. Avkjøles noe før den helles over silda. Avkjøl til det stivner. Hvelves på fat, pyntes med salat og serveres sammen med pepperrotsaus og kokte dillpoteter.

Rollmops

6-8 sild
ca 2 1/2 dl vann
1 1/2 dl salt
8 pepperkorn
1/2 løk
saft av 1/2 sitron
1 laurbærblad

Kryddersaus:

1 1/2 dl majones
2 ss rømme
3 ss hakket dill
3 ss hakket slangeagurk
revet skall av 1 appelsin
saft av 1/2 appelsin

Rens, vask og fileter silda i enkle fileter. Rull filetene sammen fra hode mot halen med skinnsiden ut. Legg silderullene med skjøten ned i en høy panne eller lav kjele. Hell på så mye vann at det knapt dekker og tilsett krydderne. Legg lokk på, la silda trekke ved svak varme 15-20 min. alt etter tykkelsen.

Server rollmopsene kalde eller varme til middag med kryddersaus, salat og kokte poteter.

Kryddersaus:

Bland majonesen med rømmen og smak til med appelsinsaften. Tilsett persille, dill, agurk og appelsin-skall, men spar litt til pynt. La sausen trekke en stund før servering.

GRAVING**Gravet sild**

ca 500 g sildefileter
2 ss salt
2 ss sukker
1/4 ts pepper
2 bt finklippet dill (2 ss tørket dill)
1/2 ss finhakket løk

Kjøp dyppfrysede fileter eller frys filetene 1 døgn før tilberedning. Tyn filetene.

Bland sammen salt, sukker og pepper og dryss på kjøttiden av silda, sammen med dill og løk. Legg to og to sildefileter sammen (kjøttiden mot hverandre). Legges i et fat med kant og settes kaldt 2-3 døgn. Ved oppskjæring, skjær filetene på skrå i tynne skiver slik at skippet ikke følger med.

Server med sennepsaus og grovt brød eller knekkebrød.

Sennepsaus:

1 ss ravigottesaus
1 ss sennep
1 ts sukker
1 ss vann
1 dl olje
grovmalt pepper
1-2 ss gressløk

Rør sammen ravigottesaus, sennep og sukker. Visp i vannet og tilsett oljen i en tynn stråle under kraftig visping.

Smak til med pepper og gressløk.

Sennepsgravet sild

1 kg hel småsild eller fjordsild
5 dl vann
1 1/2 ss salt
1/2 dl sukker
1/2 dl eddik (35%)

Sennepsaus:

5 ss fransk sennep
2 ss svensk sennep
2-4 ss sukker
1 ts salt
1/2 ts knust pepper
1 1/2 dl olje
1 1/2-2 dl vineddik
1 dl finhakket dill

Bruk fersk sild. Rens den, skyll filetene og flå av skippet. Dyppfrys filetene 1 døgn før videre tilberedning.

Bland sammen vann, salt, sukker og eddik. Legg de tinte filetene i og la dem trekke 2-4 timer alt etter størrelsen.

Sennepsaus:

Rør sammen sennep, sukker, salt og pepper. Spis med olje, rør godt hele tiden. Smak sausen til med eddik og dill.

Legg godt avrente sildefileter i sausen og la det hele trekke 10-12 timer før servering.

Server kokte poteter til og gjerne godt, grovt brød.

For å sette ekstra smak på sausen, kan den smakssettes med 2-3 ss konjakk eller litt reven pepperrot. Server gravet sild som hovedrett eller aftensrett. Gravet sild hører også med på kaldbordet, da gjerne servert med kokte egg, bakt potet og salat.

STEKTE RETTER

Ovnsstekt spekesild

- 250 g spekesildfileter (500 g hele sild)
- 2 middels store løk i skiver
- 1 ss smør eller margarin
- 2-3 ss strøkvavring
- 2 dl husholdningsfløte eller fløtemelk

Vann ut sildefiletene om nødvendig. Skyll dem og la vannet renne av. Stek løken gyllenbrun i smør i stekepannen. Fordel den stekte løken utover bunnen i et ildfast fat. Vend sildefiletene i strøkvavringen og legg dem over løken i fatet. Hell på fløtemelken og sett fatet inn i ovn ved 250°C. Stek i 15-20 min.

Server kokte poteter eller potetstappe til og gjerne rorte tyttebær.

Mormors sildepudding

- 2 spekesild eller kryddersild (eller 4 fileter)
- 8-10 rå poteter
- 2 løk
- 1-2 ss smør
- 3 egg
- 3 dl melk
- 1/2 ts pepper
- 1 ss griljermei

Vann silda godt ut. Hel sild filerter for utvanning. La filetene renne godt av og skjær dem i biter. Skrell og skjær poteter og løk i skiver. Fres løken blank i litt smør. Legg sild, poteter og løk lagvis i en smurt ildfast form. Strø på brød og stek retten ved 200°C ca 45 min.

Server råkost/grønnsaker til. I retten kan kokte poteter brukes, og da reduseres steketiden til det halve. Løk kan erstattes med purre.

Kryddersild i form

- 300 g kryddersildfilet, utvannet
- 6-8 kokte poteter
- 1 purre i skiver
- 1 løk
- 1 dl klippet dill eller persille
- 3 egg
- 2 dl melk

Skjær silda i biter, 3 cm brede. Skjær potetene i skiver og hakk løken. Legg sild, poteter og grønnsaker lagvis og slå over egg/melkblanding. Stek ved 250°C i 25 min.

Kryddersildposteier (ca 8 stk)

- ca 3 flak butterdeig
- 2 kryddersildfileter (utvannet)
- 1-2 eggeplommer
- ca 1/2 hakket løk

Skjær silda i lange strimler. Kjevle butterdeigen ut til ca 3 mm tykk. Stikk ut runde leiver med et glass e.l.l. Legg kryddersildstrimlene i ring på halvparten av de utsknede leivene, ikke helt ut i kanten. Rør

sammen eggeplommene og legg litt av dem i midten. Legg litt hakket løk oppå og drypp gjerne litt sildelake over. Pensl eventuelt den ytterste kanten med eggehvite. Legg de andre leivene over og trykk den godt sammen i kanten. Lag eventuelt mønster med en gaffel. Pynt om ønskes posteiene med rester av butterdeigen. Legg posteiene på stekeplate og pensl dem med eggeplomme eller sammenvispet egg. Stek posteiene ved ca 200°C til de har pen farge og er gjennomstekt, ca 20 min.

Kryddersildposteier er fin spise til en aperitif, til forrett, buljong med små kjøttboller eller til aftens, gjerne med en bolle salat.

KOKTE RETTER

Saltsildball

- 8 spekesildfileter
- 600 g rå poteter
- 1 løk
- pepper og eventuelt salt
- ca 1 dl byggmel
- ca 100 g sideflesk, leettsaltet

Vann ut sildefiletene. Skrell poteter og løk og mal det sammen med silda. Rør inn pepper og eventuelt salt. Rør så inn mel til deigen blir fast nok til å formes. Skjær sideflesket i små biter. Form deigen til runde baller. Legg 1-2 biter flesk i hver sildeball. Legg så ballene i kokende, leettsaltet vann. La dem trekke ca 3/4 time.

Tilbehør: Smør, flatbrød og kålrotstappe.

KALDE RETTER

Sildegodt

- 3-4 spekesild (utvannet)
- 3 dl eddik 7%
- 4 1/2 dl sukker
- 1 liten purre
- 1 løk
- 1 rød og 1 grønn paprika

Skjær filetene i 1 cm biter på skrå. Kutt purre, løk og paprika i små biter. Legg sild og grønnsaker lagvis i en krukke.

Kok opp eddik og sukker og hell laken over når den er kald.

Tomatsild

- 1 dl ketchup
- 1 dl soyaolje
- 3/4 dl 5% eddik
- 2 ss sukker
- 3-4 spekesild, 6-8 fileter
- 1 løk
- 2 sylteagurker
- 1 laurbærblad
- noen nellikspiker

Rør sammen ketchup, soyaolje og eddik til en jevn saus. Smak ut med sukker. Vann ut silda. Rens, vask og fileter silda. Tørk den godt og skjær den opp i meget små biter. Bland den i tomatsausen sammen med løken og sylteagurken som er finhakket. Bland godt og tilsett laurbærblad og nellikspiker.

La silda trekke et kjølig sted ca 1 uke.

Karrisild

- 4-6 kryddersildfileter (utvannet)
- 1 pk majones (165 g)
- ca 1 dl lettromme
- 1 1/2-2 ts karri
- 2 kokte egg

Pynt:

- 1 tomat
- slangeagurk

Bland majones og rømme og smak til med karri. Skjær silda på skrå, 2-3 cm brede stykker. Anrett sild og egg på et fat. Hell sausen delvis over silda. Pynt med tomat og slangeagurk.

Alternativ: Bland karri, majones og sild i et fat med kanter på, legg noen sildebiter til side til pynt. Legg eggebåtene på toppen. Pynt med sildebitene.

Islandsk sitronsild

4-6 saltsild- eller kryddersildfileter (utvannet)

Lake:

Saft av 3 sitroner (ca 2 dl)
1-2 dl vann
2 ss klippet dill
250 g sukker
1 liten løk i ringer
10 grovmalte pepperkorn
2 små gulrøtter i terninger
1 liten purr i tynde skiver

Rør sukkeret ut i sitronsaft og vann. Skjær silda i 2 cm brede stykker og legg dem i en bolle/krukke lagvis med purr, løk og gulrot-terninger. Dryss dill og pepper mellom lagene. Hell over sitronsaften. La silda trekke 2-3 døgn før servering.

Enebærsild

6 kryddersildfileter (utvannet)
3 dl eddik 5%
2 dl sukker
2 ss eneabær
5 allehåndekorn

Kok opp eddik med sukker, knuste eneabær og allehåndekorn. Avkjøl. Skjær filetene i pene stykker og legg dem i krukke eller glass. Hell den kalde laken over silda og la den stå og trekke minst en dag før servering.

Sild i hetvin

4-6 kryddersildfileter (ca 600 g)
1 1/2 dl hetvin (gjerne hjemmelaget)
1/2 dl sukker
2 ss 7% eddik
2 løk
2 grønne paprika
1 bt dill

Vann ut silda hvis den er svært salt. Bland vin, sukker og eddik og rør til alt sukkeret er oppløst. Smak laken godt til så den blir passe søt. Skjær silda i biter, løkringer, paprikastrimler og dill lagvis i glass eller krukke. Hell over laken. La silda trekke minst et døgn på et kjølig sted.

Favorittsild

4 spekesildfileter (ca 400 g)
2 1/2 dl lettromme
2 ss ravigottesaus
1 ss sitronsaft
1 ss sukker
3 ss finhakket dill
2 hardkokte egg
1 slangeagurk
2 tomater

Vann ut silda hvis den er svært salt. Bland romme, sitron, ravigottesaus, sukker og dill og smak sausen godt til. Skjær silda i biter på skrå og legg på serveringsfat. Hell sennepsrommen over. Pynt fatet med eggebåter, agurkskiver og tomat.

Sildefryd

4-6 kryddersildfileter (utvannet)
1-2 løk
4-6 epler
5-6 dl lettromme
2 ts sukker
kruspersille
rødbeter

Skjær sildefiletene i biter og legg dem på flatt fat. Grovhakk løken og strø den over. Fjern kjernehusene, skjær eplene i terninger og legg dem over silda. Bland forsiktig romme og sukker og dekk eplene.

Pynt med kruspersille og rødbeter like før servering.

Kokte poteter og flatbrød til.

Husets spesialsild

6 kryddersildfileter
1 liten boks mandariner
1 banan
1-2 epler
2 sylteagurker

Saus:

2 dl majones
2 dl romme 20%
3 ss tomatketchup
1 ss sherry
10-12 valnøtter til pynt

Skjær utvannede fileter i biter som til sursild. Del de øvrige ingredienser i biter. Lag sausen. Legg til

side til pynt noen sildebiter, mandarinbåter og valnøtter. Bland sausen med resten. Smak evt. til med krydder. Pynt med sildebiter, mandarinbåter og valnøtter.

Grovt brød og godt drikke til.

Lettvint silderett

2 spekesild
1 purr
1 dl hakket dill
3 hardkokte egg
150 g smør

Legg den utvannede silda opp på serveringsfat. Bland finhakket purr, dill og egg. Hell dette over silda. Brun smøret og hell dette over i serveringsøyeblikket. Nykokte poteter til.

Banansild

2-3 porsjoner:
2 saltsildfileter (utvannet)
1-2 bananer

Saus:

ca 5 ss majones
3 ss fløte
ca 1 1/2 ts sennep
ca 1/8 ts paprikapulver

Skjær/klipp silda i ca 2 cm brede stykker, skjær bananene i skiver. Anrett dette pent på et fat. Rør sammen sausen og hell den over silda.

Sildegodt, side 11.



Kryddersild i det grønne

- 2-3 kryddersildfileter (utvannet)
- 4 ss majones
- 4 ss lettromme
- 2 ts sennep
- 1/2 finsnittet purre
- 1 ts grønn dill
- 1 hakket sylteagurk
- 1 ss kapers
- 2 hardkokte egg

Skjær silda i skrå biter og legg dem på serveringsfat. Rør sammen majones, rømme, sennep, purre, dill og sylteagurk. Hell sausen over sildebitene. Dryss kapers over. Pynt med hakket egg eller eggbåter. Serveres nylaget med brød eller med kokte poteter.

Sildesalat

- 6 kryddersildfileter (utvannet)
- 2 dl ketchup
- 2 dl sukker
- 1 dl eddik 7%
- 2 store finhakkede løk
- ca 4 rå revne gulrotter
- ca 3 hakkede sylteagurker
- litt agurklake

Sildesalat, side 13.

Skjær filetene i små terninger. Bland sammen ketchup, sukker og eddik. Bland alle ingrediensene lett sammen. La salaten stå litt før bruk.

Sild med rødbetsalat og egg

- 2 kryddersild
- 1 bi gressløk
- 4 hardkokte egg

Rødbetsalat:

- 3 dl syltede rødbeter
- 1 eple
- 1/2 løk
- 3-4 kokte poteter
- 175 g lettmajones
- 4 ss rømme
- litt reven pepperrot

Fileter silda og vann den ut. Skjær filetene opp i 2-3 cm brede stykker. Legg dem pent på et fat slik at de ser ut som hele fileter. Hakk gressløken og legg en stripe mellom hver filet. Pynt med halve hardkokte egg og salat.

Rødbetsalat:

Hakk rødbetene, skrell eplet og potetene og skjær dem i terninger. Finhakk løken. Rør sammen majones og rømme og bland i rødbeter, eple og poteter. Smak til med reven pepperrot.

Server brød og smør til.

Islandsk sitronsild, side 12.



Enebærersild, side 12.



STEKTE RETTER

Gratinerte sildesmørbrød

3-4 varmrøkte sild
rikelig med dill
1 ss smør
1/2 ts paprikapulver
4 skiver formloff

Fyll

1 ss hvetemel
1 ss smør
ca 2 dl 20% fløte
1 1/2 dl Jarlsbergost
salt
pepper
1/2 dl rød paprika
paprikapulver

Bland smør og paprikapulver og smør loffskivene. Stek skivene pent gyldne. Rens silda og legg fileter på hver loffskive. Hakk dill og ha rikelig på hver skive.

Fyll

Smelt smør, rør inn mel og spe med fløte. Riv ostene og rør den inn. Smak til og ha finhakket paprika i til slutt. Fordel fyllet over sildefiletene og gratiner dem 5-7 min. under grillen til de er pent brune.

Sildeform med røkt sild

4-6 røkte sild/6-8 bøkling
2 løk
1-2 ts salt
1 egg
2 ss fløte

Silda renses fri for skinn og ben og legges i en smurt ildfast form. Strø finhakket løk og salt over. Visp sammen med egg og fløte og hell over. Stek i ovn i 10-15 min. ved 225°C.

EGGKAKE MED RØKT SILD (Sildeeggkake)

4 røkte sild/6-8 bøkling
4 egg
1 ss hvetemel
1 dl melk
3 ss hakket gressløk
margarin

Visp sammen egg, hvetemel, melk og gressløk. Smelt margarin i en stor panne og hell eggeblandingen i, la den stivne litt ved svak varme. Legg de hele, rensede sildefiletene på eggmassen i et stjerne-mønster og dekk til med et lokk eller aluminiumsfolie. La eggkaken stå ved svak varme til den har stivnet.

Serveres varm til middag med nykokte poteter og en frisk råkost-salat. Kald sildeeggkake er god som pålegg sammen med syltet rødhet.

Luksus bøkingsufflé

6 bøklinger
1 dl hakket dill
1 dl kremfløte
2 egg
1 kryddermalt salt
1 kryddermalt kajennepepper

Smør en ildfast form. Dekk bunnen med hakket dill. Flå skinnen av bøklingen og fjern eventuelle ben. Legg bøklingfiletene på dillen. Visp kremfløten, rør inn eggeplommene. Smak til med salt og pepper. Visp eggehvitene og vend dem i til slutt. Hell suffléøren over og stek retten ved 225°C i ca 15 min.

Server suffléen varm eller kald med brød og tomat-salat.

Pai med røkt sild

Paideig

200 g hvetemel
1/2 ts salt
100 g margarin
2 ss vann

Fyll

3 egg
3 dl melk
2 ss hakket dill
salt - pepper
1 liten finhakket løk
300 g røkt sild (2-3 stk)
1 1/2 dl reven ost

Bland salt og hvetemel. Margarin smuldrer i til massen blir finkornet og jevn. Tilsett vannet og arbeid deigen lett sammen. Pakk den i aluminiumsfolie og la den hvile kjølig ca 30 min., mens fyllet lages. Trykk ut deigen i en stor form eller flere små.

Fyll

Visp egg og melk lett sammen. Tilsett dill, salt og pepper. Finhakket løk og oppdelt sild fordeles i formen og eggeblandingen helles på. Strø ost over. Stekes ved 225°C i ca 25 min.

Røkt sild med grønt

400-500 g røkt sild (4-5 stk)
1 stor purre
1/2 slangeagurk
ca 3/4 dl fløte
1/2 ts timian
1/2 ts pepper

Rens fisken for skinn og ben. Vask og rens purren og skjær den i ringer og agurken i ganske tynne strimler.

Smør en ovnsfast form og legg purre og agurk i bunnen. Slå over fløten og legg sildefiletene oppå. Sammenvispet rømme kan brukes i stedet for fløte. Det smaker også deilig. Dryss over krydder. Dekk formen med aluminiumsfolie og stek i ovnen ved 250°C i ca 20 min. Etter halv steketiden tas folien av.

Kokte poteter og flatbrød smaker godt til, men brød kan også brukes.

KOKTE RETTER

Røkt sildepakke og poteter

500 g (3-4) røkte sild
poteter
eggesmør med gressløk

Pakk silda i aluminiumsfolie. Sett på poteter til koking som vanlig. Når potetene har kokt i 5 minutter, legges sildepakken oppå potetene. La den dampe under lokk til potetene er ferdige.

Server sild og poteter med eggesmør tilsatt gressløk. Flatbrød til.

KALDE RETTER

Bøkingsalat med selleri

6 bøklinger
2 mellomstore epler
1 sellerirot
4 ss majones
4 ss lettromme
1 egg
hakket persille

Selleriroten vaskes og skrapes godt. Kok den knapt mør i lettsaltet vann i ca 30 min. Hardkok egget (ca 8 min.). Rens bøklingen i skinn- og benfrie fileter og grovhakk disse. Skjær eplene og den kokte sellerien i strimler og bland dette sammen med de hakkede bøklingfiletene. Rør majones og lettromme godt sammen. «Løft» denne sausen lett inn i bøklingblandingen. Ta ut eggeplommen av det kokte egget. Gni plommen gjennom en sikt direkte over bøkingsalaten. Den kokte eggehvitene finhakk og drysses over retten sammen med hakket persille.

Retten serveres med knekkebrød og smør.

Marinerte røkesild med bakt småpotet

5-6 røkte sild
1 bt gressløk
3-4 reddiker

Marinade:

2 ss 7% eddik
2 ss vann
2 ss olje
1/2 ts pepper
20-30 små poteter
salt

Rens fisken forsiktig og legg filetene mest mulig hele i et dypt fat. Klipp over rikelig gressløk og pynt med reddiker. Rist sammen marinaden og hell den over. Bør stå og trekke minst 2 timer.

Skrubb potetene og legg dem tett sammen i en ildfast form. Dryss på salt og bak potetene ca 1/2 time ved 200°C.

STELL AV FERSK SILD

Dersom vi kjøper hel, fersk sild er det viktig å rense den straks vi får den hjem.

Skrap sildeflosset av under vann fra hale mot hode. Skjær av hodet, klipp opp buken og fjern innvollene.



RENSING AV FJORDSILD

(og annen mindre sild)

Skvy tommelfingeren langs ryggbenet fra gattåpningen ned til halen. Snu silda. Skvy tommelfingeren langs ryggbenet på samme siden fra gattåpningen og opp mot hodet. Nå er ryggbenet festet bare på den ene siden av fileten.

Stikk så pekefingeren inn under ryggbenet og skvy den under benet fra halen mot hodet. Filetene henger sammen i ryggen. Vask og tørk silda.

RENSING AV STOR SILD

Dersom silda har rogn/melke legges denne i kaldt vann.

Blandes i farse eller tilberedes separat.

Benfrie fileter får vi slik:



Klem langs ryggen på silda. Legg silda i venstre hånd med ryggen ned. Stikk pekefinger og tommelfinger inn på hver side av ryggbenet.

Skvy fiskekjøttet fra benet – vekselvis med tommel- og pekefinger. Filetene henger nå sammen i ryggen.

FILETERING AV SILD

Både stor sild og mindre sild kan fileteres slik:

Bruk en myk, skarp fileteringskniv. Før kniven langs

ryggbenet fra hodet mot halen. Snu silda og gjenta. Sett kniven inn ved bukkena og skjær tett inn-

til. Dette gir to fileter som ikke henger sammen i ryggen.

Vask og tørk silda.

STELL AV SALTET SILD



UTVANNING OG RENSING

Det er best å vanne ut silda før rensing. Er silda for salt etter utvanning, legges filetene i skummet melk. Skyll godt etterpå.

FILETERING AV HODEKAPPET SALT SILD

Bruk en skarp, myk kniv.



1. Lgg kniven på skrå inntil ryggbenet ved nakken. Skjær på skrå langs ryggbenet mot halen. Snu silda og gjenta.

Nå har du to fileter og ryggben hver for seg.



2. Skjær ut bukkena slik: Press knivbladet under sildebena og skjær dem ut.



3. Ta tak i skinnet øverst ved nakken og trekk av skinnet.