

Ambasada Śledzia

// Szklaneczka i talerzyk
Trzeba żyć, żeby przeżyć

Marcin Sendecki, „No logo”

Dedykujemy naszej kochanej Lei



1

<i>Lista przepisów</i>	4
<i>Wstęp – historia śledzia</i>	7
<i>Śledziowe podstawy</i>	11
<i>Porady praktyczne</i>	12
_____ <i>Jak rozpoznać świeżą rybę?</i>	
_____ <i>Jakie śledzie kupować?</i>	
_____ <i>Jak sprawić śledzia?</i>	
_____ <i>Jak odsalać śledzia?</i>	
 <i>Rodzaje śledzi</i>	21
<i>Rodowody</i>	31
<i>Zdrowie</i>	39
<i>Bałtyk</i>	45
<i>Wokół Ambasady Śledzia</i>	51
<i>Oto bajka</i>	56
<i>Polish tapas, czyli polskie tapasy</i>	58
<i>Białostocki śledź</i>	64
<i>The world's most famous herring</i>	69
<i>Historia przystawek</i>	78
<i>Kochamy Nowy Jork!</i>	80

2

<i>Przepisy</i>	
_____ <i>Zima</i>	87
_____ <i>Wiosna</i>	117
_____ <i>Lato</i>	147
_____ <i>Jesień</i>	183
_____ <i>Śledź bez śledzia – wege</i>	219

<i>Zakończenie</i>	236
--------------------	-----

Lista przepisów

Zima

1. **Klasyk w oleju z wariacją** – śledź w oleju lub przyprawiany kardamonem, anyżem lub chili 88
2. **Klasyk w śmietanie** – śledź w śmietanie z jabłkiem 90
3. **Zimowy z orzechem włoskim** – śledź z orzechami, miodem i przyprawami korzennymi 93
4. **Wigilijna sałatka babci Ewy** – sałatka ziemniaczano-śledziowa z suszonymi śliwkami i orzechami 94
5. **Cytrynowo-pomarańczowy** – śledź ze świeżymi cytrusami 98
6. **Piernikowy z maliną** – śledź w sosie piernikowym z polewą malinową 100
7. **Japoński, sylwestrowy** – ikra śledziowa marynowana w dashi 102
8. **Jajecznicza noworoczna** – z marynowaną ikrą śledziową 104
9. **Dworski barszcz ze śledziem** – podawany z pieczonym, solonym śledziem 106
10. **Czekoladowe szaleństwo** – śledź w sosie czekoladowym z suszonych śliwek i czerwonego wina 110
11. **Kresowe pierogi ze śledziem** – pierogi z farszem z wędzonego śledzia z grzybami 112
12. **Zapiekanka cytrynowa z rozmarynem** – zapiekanka ziemniaczana ze śledziem i sosem cytrynowym 114

Wiosna

1. **Mango z chili** – pieczone koreczki śledziowe z salsą mango i czerwonym chili 118
2. **Rumuńska ikra Shuli** – różowa pasta z ikry śledzia 120
3. **Tajski z mleczkiem kokosowym** – pieczone koreczki śledziowe w sosie z galangalem i trawą cytrynową 122
4. **Afrykańskie banana curry** – pieczone koreczki śledziowe z bananowym curry 124
5. **Wiosenne pesto z ziarnami** – śledź marynowany w oleju z pietruszkową pastą i prażonymi ziarnami 128
6. **Kugel ze sławem** – ziemniaki zapiekane ze śledziem podawane z sosem miętowym 130
7. **Tagliatelle w różowym kremie** – makaron z sosem z mleczka i z kaparami 134
8. **Musztardowy francuski** – śledź w sosie musztardowym z miodem i imbirem 136
9. **Pod słońcem Tel Awiwu** – śledź marynowany w herbacie z suszonym żółtkiem, hummusem i pastą z zielonego chili 138
10. **Fiołkowy śledź fiński** – śledź marynowany z cukrem fiołkowym (azuleta) 142
11. **Indyjski w żółtym curry** – śledź w aromatyzowanym oleju z rodzynkami 144

Lato

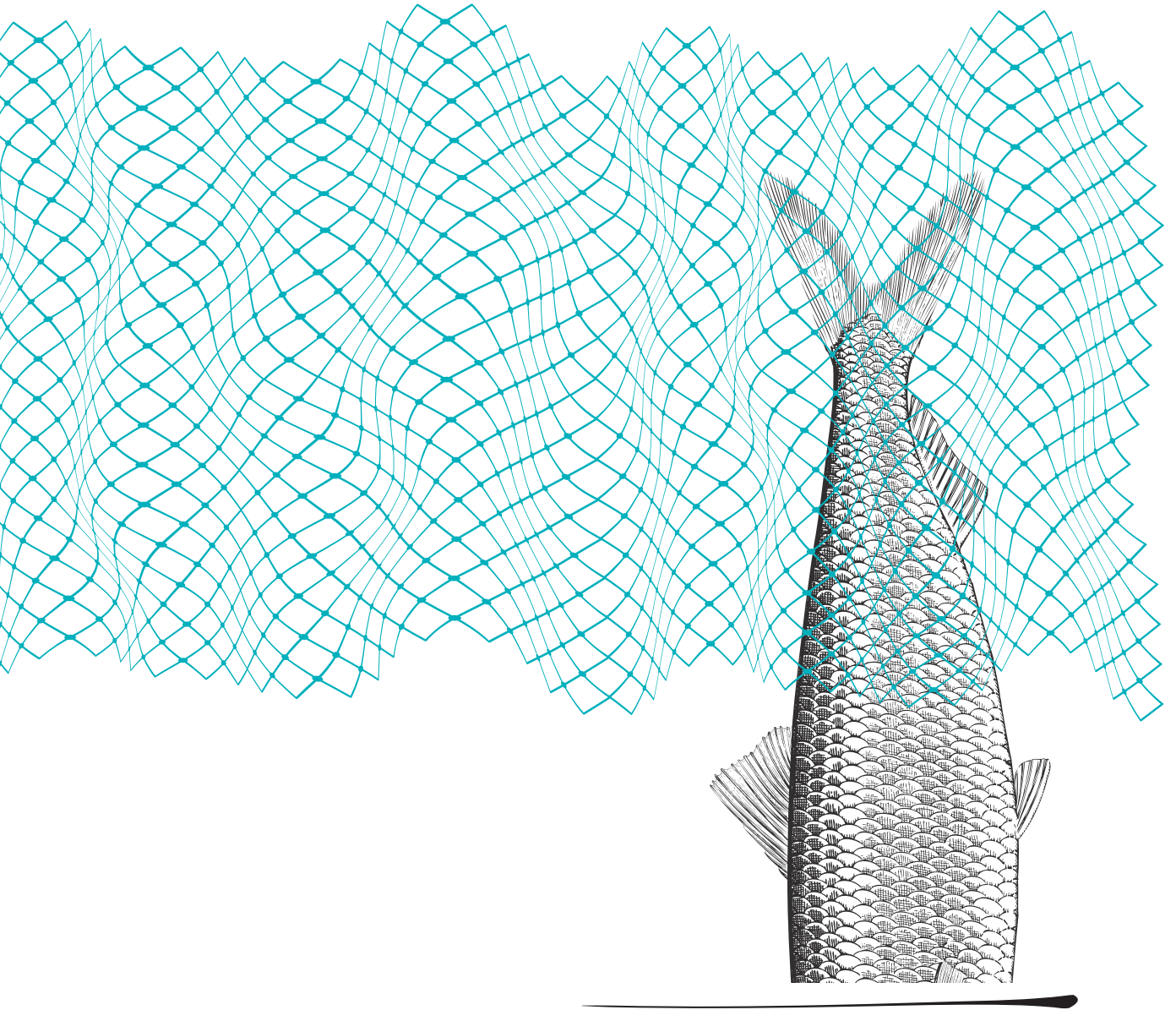
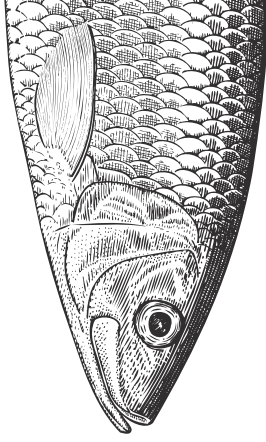
1. Chłodnik na kwasie chlebowym – z pieczonymi koreczkami śledziowymi	147
2. Chłodnik królewski – z cytrynowym śledziem na maślanie i sokiem z buraka	150
3. Śledź w świeżych truskawkach – śledź w sosie jogurtowym z owocami	152
4. Śledź pieczony z ogórkowo-estragonową nutą – marynowany, pieczony śledź podawany z sosem i ziemniakami	156
5. Lody dla Pana Brzechwy – lody waniliowe ze śledziem	158
6. Chiński śledź parowy – zielony śledź na parze ze smażoną szalotką, imbirem i chili	160
7. Ceviche po polsku – mięso zielonego śledzia marynowane w soku z rabarbaru	162
8. Zielony w szpinaku – śledź smażony w zielonym cieście naleśnikowym	166
9. Wakacyjna sałatka jagodowa – śledziowa sałatka z serem cheddar i owocami	168
10. Wiśniowy – śledź w sosie ze słodkich wiśni	170
11. Śledź-burger z karmelizowaną gruszką – smażony śledź w cieście piwnym	172
12. Kanapkowo – kanapka z porzeczką, kanapka wschodnia, kanapka zachodnia, kanapka ambasadora, kanapka różowa, kanapka meksykańska – śledzik na chlebie	174

Jesień

1. Różowy – śledź w buraczkach z gotowanym jajkiem	184
2. Rolmopsy gruszkowe z imbirem – śledź w słodkiej zalewie octowej z gruszką i goździkami	186
3. Dyniowy z kielkami – marynowany śledź z chutneyem z dyni	190
4. Konopny z topinamburem – śledź w olejach konopnych	192
5. Czarny halloweenowy – śledź w czarnym sosie z marynowaną dynią	196
6. W kawie – na ożywienie – śledź w sosie kawowo-miodowym	198
7. Szkocki z warzywami korzeniowymi – śledź smażony w płatkach owsianych	200
8. Śliwkowo-pomidorowy z kardamonem – koreczki śledziowe w powidłach	204
9. Winny z pigwowcem japońskim – śledź z sokiem z pigwowca i białym winem	206
10. Chowder kurkowy irlandzki – rozgrzewająca zupa z kurkami na wędzonym śledziu	208
11. Śląski chlebowy w occie – smażony śledź w marynacie octowej z nutą curry	210
12. Litewski z borowikami – śledź z grzybami, pomidorami i wędzonymi szprotami	212
13. Tatar ze śledzia – siekany śledź z kiszonym ogórkiem podawany z tartym chrzanem	214
14. Na ostro meksykański – śledź z Chili Chipotle w sosie Adobados z suszoną żurawiną	216

Śledź bez śledzia – wege

1. Bezrybna pasta śledziowa – wegan – pasta z wędzonego tofu z japońskimi śliwkami umeboshi podawana w awokado	224
2. Śledź bez śledzia w śmietanie – „śledź” z bakłażana gotowanego na parze	226
3. Seler-burger – smażony seler w glonach nori podawany z rukolą i wegańskim majonezem	228
4. Śledź bez śledzia w oleju – „śledź” z gotowanych boczników	230
5. Śledź bez śledzia octowy – „śledź” ze smażonych boczników	232
6. Kawior roślinny – „kawior” z białej gorczycy z sosem sojowym i octem jabłkowym	234



– historia śledzia

Orki uwielbiają śledzie. Foki się o śledzie biją. Ale najbardziej śledzia kochają ludzie. Zresztą jest naszym przysmakiem od tysięcy lat, na co wskazują wykopaliska. Jednak dziś, w czasach ogromnej różnorodności i obfitości produktów spożywczych, może znajdzie się ktoś nieprzekonany i zapyta: dlaczego warto jeść śledzie? Odpowiadamy: Dlatego że są szczególnie zdrowe (bardziej niż wiele innych ryb), powszechnie dostępne i wciąż należą do gatunków nieprzełowionych w przeciwieństwie do ryb, które ze względu na ludzkie apetyty już nie istnieją lub mogą wkrótce na zawsze zniknąć z naszych wód, takich jak węgorz europejski czy tuńczyk błękitnopłetwy – najdroższe ryby morskie. Poza tym śledź to nadal ryba żyjąca dziko – nie hodowlana, jak niektóre łososie czy dorady – co daje pewność, że zanim trafił na nasze talerze, pojadł sobie wspaniałych alg i planktonu, a nie był karmiony mączką rybną i antybiotykami.

Jeśli już mamy ochotę zjeść rybę, to wybór śledzia pomoże zarówno nam, jak i planecie (pod warunkiem że ta ryba pochodzi ze zrównoważonych połowów). I wreszcie argument najważniejszy – śledź jest przepyszny i naprawdę nie ma drugiej ryby tak wdzięcznej w przyrządzaniu i obróbce! Smakuje wspaniale na surowo (w takiej postaci uwielbiają go Holendrzy), jak i po zasoleniu, marynowaniu, pieczeniu, smażeniu, wędzeniu, a także przyrządzeniu na parze czy na ruszcie. Ponadto pasują do niego niemal wszystkie przyprawy i dodatki, co osobiście w kuchni sprawdziliśmy. Śledź nie stawia granic, trzyma sztamę z każdym.

Mieszkańcy krajów basenu Morza Bałtyckiego jedzenie śledzia mają w genach. To ryba o ogromnym i sięgającym dawnych czasów wkładzie w dzieje ludzkiej kultury i niebagatelnym znaczeniu gospodarczym. Śledź jest najbardziej demokratyczną z ryb – dostępny dla wszystkich, kochany przez biednych i bogatych, jedzony tak przez lud, jak i królów. Tani w wersji podstawowej: olejowej i octowej, podbijający salony w wydaniu wyrafinowanym, jak choćby z czekoladą czy w postaci dziewiczych matiasów o delikatnym mięsie w korzennych zalewach. Śledź od średniowiecza łączy klasy i warstwy społeczne. Przeżywał rozkwit w dwudziestoleciu międzywojennym, które cechowało zamiłowanie do jedzenia i picia, zwłaszcza w środowisku bohemy, dzięki czemu trafił do niejednego wiersza. Prawdziwy boom nastąpił w okresie szarego, pozbawionego rozrywek PRL-u, w którym półki sklepowe świeciły pustkami, a śledzik stał się wspólną dla wszystkich, od robotnika po inteligenta, zakąską do wódeczki – w barach, na

domówkach i imieninach. Dziś jednoczy rodziny biesiadujące przy wigilijnym stole, gromadzi przyjaciół podczas przedświątecznych spotkań śledziowych czy ostatkowego, zamykającego karnawał „śledzika”, który stał się też częstym pretekstem do organizowania imprez integracyjnych i korporacyjnych (podobnie jak firmowy „śledzik” przed Gwiazdką).

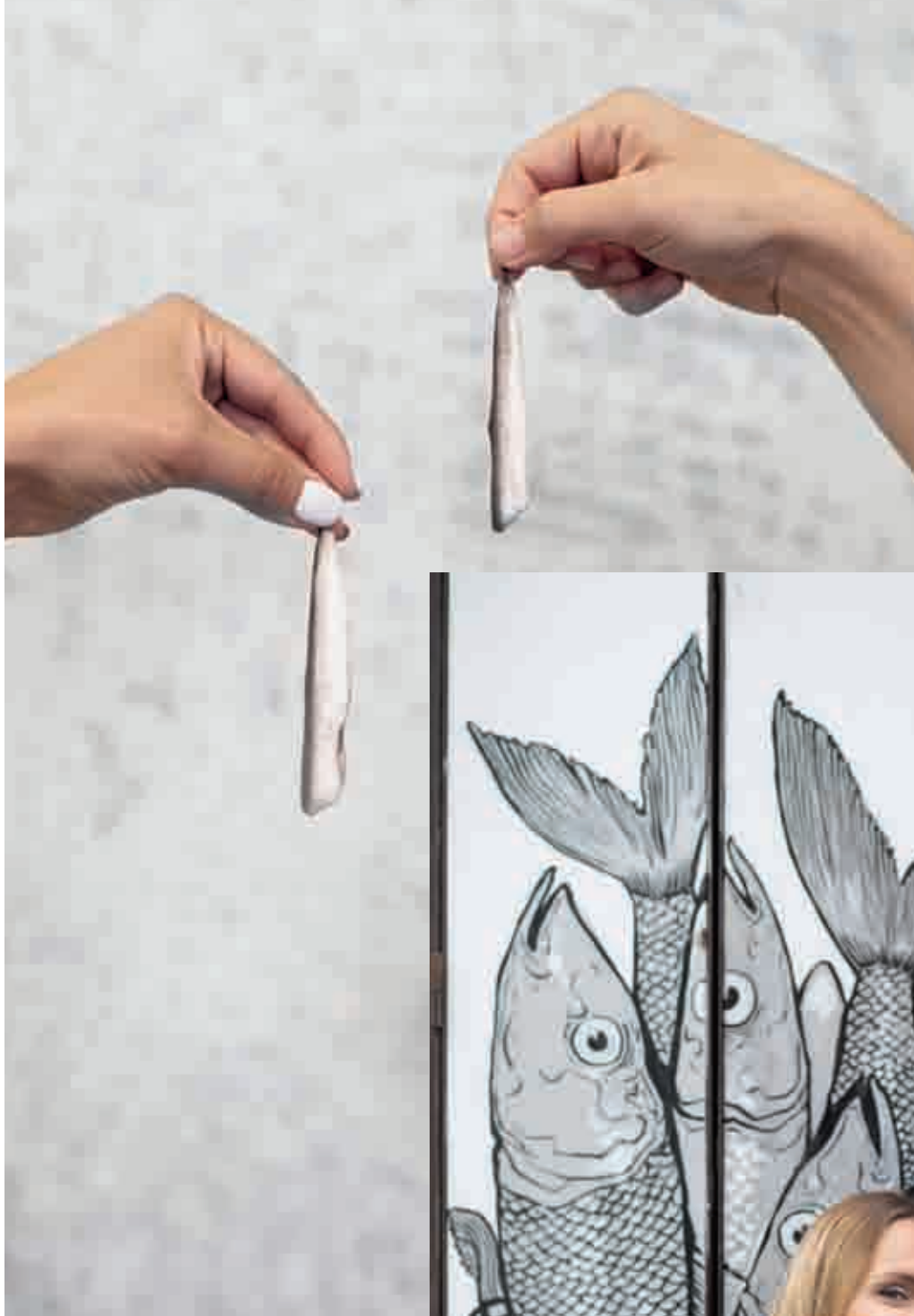
Jednak śledź długo był niedoceniany, gdyż kojarzył się głównie z pospolicym jedzeniem ludzi ubogich, a to ze względu na dużą dostępność (łatwość połowu całych ławic), a co za tym idzie – niską cenę, i to już od czasów średniowiecza, gdy śledź nie kosztował więcej niż chleb. Jak mawiał, za Otto von Bismarckiem, Tadeusz Boy-Żeleński, jedyną wadą śledzi jest to, że są... tanie.

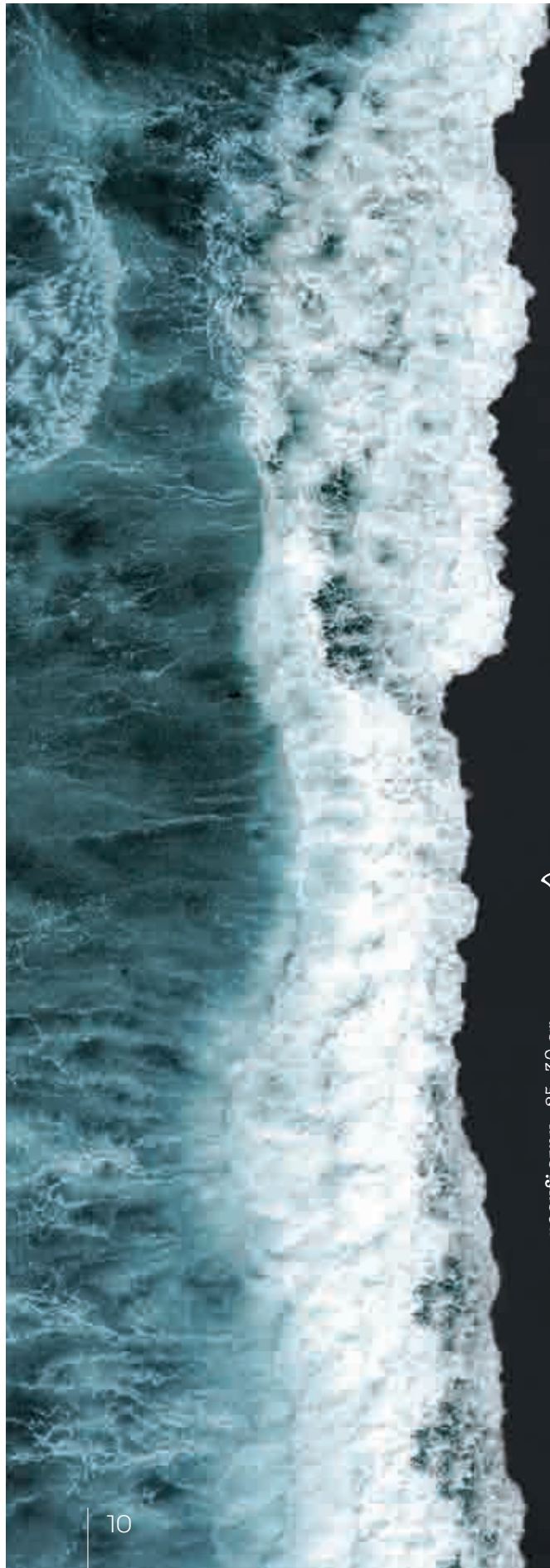
Niesłusznie też przyłgnęła do śledzia łątka... śmierdziela, czego świadectwa pozostały w języku, np. w zwrocie „cuchnąć śledziem”. Świeży śledź pachnie morzem jak każda w nim złowiona ryba. Nieprzyjemny odór jest wynikiem złego przechowywania i transportu lub po prostu obróbki – przed wiekami śledzia, który transportowany w głąb lądu, musiał pokonać setki kilometrów, zasalano w beczkach razem z wnętrznościami, a one potem fermentowały i właśnie to powodowało rybi fetor. Okresowo śledź stawał się też obiektem nienawiści ze względu na ciągłą obecność w menu – posty trwały niegdyś w krajach katolickich blisko połowę roku, śledź grał więc główną rolę w jadłospisie, za co był potem symbolicznie karany w zwyczajach ludowych. Śledź miał się więc z pyszna – przez człowieka. Ale czasy niesławy należą już do przeszłości. Śledź jest dziś kochany. Przez Polaków zwłaszcza, co pokazują zarówno statystyki i dane dotyczące jego spożycia, jak i polszczyzna – mamy do niego stosunek emocjonalnie czuły, dlatego najczęściej, mówiąc o potrawie ze śledzia, używamy zdrobnienia – „śledzik”. Ale nie tylko my wielbimy tę rybkę. We Francji niegdyś stawiano jej ołtarze i dosłownie modlono się do śledzia: „*Saint Harenc*, ty jesteś smak smaków”. Ratował też śledź całe narody od głodu, więc Anglicy mówili z szacunkiem o „Królu Śledziu” (*King Herring*). Szkoci zaś do dziś nazywają go pieszczotliwie srebrnym skarbem lub srebrnym kochaniem (*silver darling*).

Nasza książka również powstała z miłości i ogromnej wdzięczności do tej zgrabnej, szczupłej ryby w eleganckiej srebrnej szacie. To ze śledziem dziesięć lat temu popłynęliśmy w naszą wielką życiową przygodę, zakładając w Krakowie jego ambasadę, Ambasadę Śledzia, która szybko obrosła w filie.

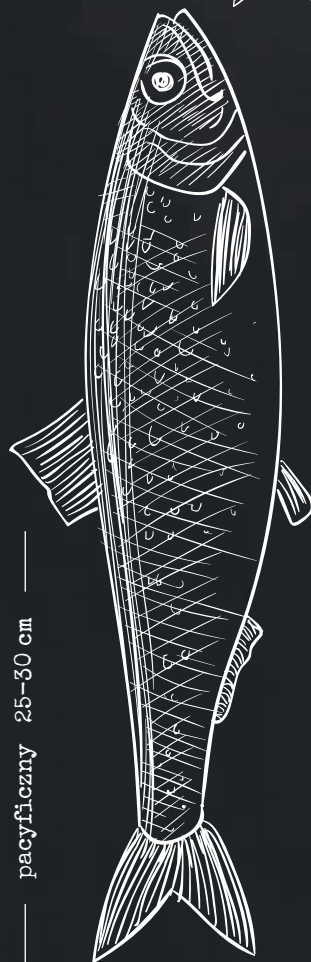
Dziękujemy Ci, Śledziu!

Marta i Filip, Twoi ambasadorzy

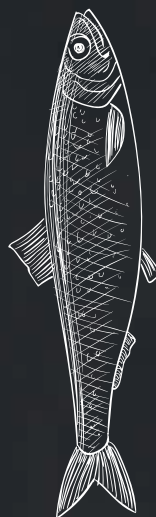




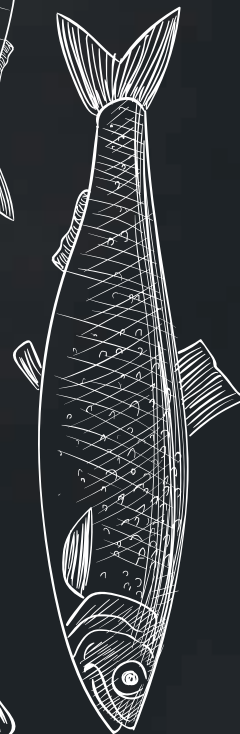
— pacyficzny 25-30 cm —



— bałtycki 10-12 cm —



— atlantycki 20 cm —



Śledź pacyficzny ma średnio 25-30 cm długości, mniejszy, atlantycki, mierzy ok. 20 cm, a bałtycki, chudszy i delikatniejszy w smaku ze względu na mniejsze zasolenie morza - zaledwie 10-12 cm. Największy przedstawiciel tego gatunku osiągnął 45 centymetrów.

Śledziowe podstawy

Śledzie należą do rodziny *Clupea*. *Clupea harengus* to po łacinie śledź oceaniczny, atlantycki, bo występujący w Atlantyku, najczęściej dziś jadany. Jego podgatunkiem jest śledź bałtycki – *Clupea harengus membras* zwany sałaką. Kuzyn atlantyckiego to śledź pacyficzny, rzadszy w sprzedaży, zamieszkujący Ocean Spokojny. Śledziowi przypadł zaszczytny tytuł najważniejszego przedstawiciela śledziowatych, do których zaliczają się też szprotki czy sardynki.

Śledzie są rybami pelagicznymi, czyli żyjącymi w otwartych wodach morskiej toni na głębokości przynajmniej dwustu metrów – np. śledź atlantycki – na około trzystu. Te ryby należą do długowiecznych – dożywają dwudziestu lat. Wykazują też wiele zachowań społecznych – tworzą ławice, którym pozostają wierne do końca życia. Opanowały też własny system komunikacji. Niestety te rybie instynkty społeczne ludzie wykorzystują w nierównej walce. Ławice, które zawsze wychodzą na płytsze wody, by żerować lub się rozmnażać, szybko namierzone są przez skomputeryzowane sondy, dzięki czemu przy jednym podejściu łowi się aż kilka ton śledzi.

Wśród śledzi rozróżnia się też rasy, np. śledź islandzki, norweski, murmański, a nawet plemiona! (ze względu na czas tarła, wzorce migracji czy wzrostu). Większość plemion odbywa długie podróże związane z tarłem i karmieniem i czasem mieszają się z innymi plemionami (można je od siebie odróżnić poprzez liczbę kręgów i inne drobne różnice anatomiczne).

Ciekawostka

Mówi się, że ryby głosu nie mają. A mimo to śledzie potrafią ze sobą rozmawiać! Dotychczas wiadomo było, że ryby wzywają potencjalnych partnerów niskim „chrzankiem i brzęczeniem” wytwarzanym przez falowanie balonu powietrza zwanego pęcherzem pławnym. Ale w przypadku śledzi odkryto dźwięk wysoki i związany z podwodnymi babelkami wydobywającymi się z odbytu tej ryby. Naukowcy nazwali to zjawisko Fast Repetitive Ticks – FRT. Okazało się, że FRT nie jest powodowany przez gazy trawienne, ponieważ liczba dźwięków nie zmienia się po karmieniu ryb. Śledzie nie puszczają też baków ze strachu przed drapieżnikami. Naukowcy odkryli, że dźwięk jest produkowany wyłącznie w celu komunikacji i lokalizacji – trzymania się razem w stadzie po zmroku, bo właśnie wtedy ryby wyruszają na żer. Dawno temu, w czasach wielkiej obfitości śledzi, holenderscy rybacy opowiadali, że wydają one na mieliżnie dźwięki podobne do kichania. Prawdopodobnie to właśnie dźwięk FRT, zwielokrotniony przez dużą liczbę ryb w ławicy, mogli słyszeć dawniej rybacy.

Porady praktyczne

Śledzia możemy kupić świeżego (tzw. zielonego) bądź zasolonego. Prócz całej ryby śledź dostępny jest w następujących postaciach:

Tuszka

ryba wypatroszona, bez głowy, oczyszczona z łusek; takie tuszki w solance można często kupić w supermarketach.

Dzwonko

dziś praktycznie nie występuje, ale nazwa ta pojawia się często w starych książkach kucharskich; część tuszki odkrojona z szerokości ryby, czyli w poprzek.

Płat

ryba bez głowy, płetw, wnętrzności i kręgosłupa, ale połączona skórą, z ośćmi.

Filet

oznacza praktycznie samo mięso, czyli gotowy produkt, pozbawiony ości i skóry płat ryby; dziś to najpopularniejsza postać śledzia.



Śledź charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczu, co sprawia, że ta ryba szybko się psuje i, by temu zapobiec, najczęściej (czasem jeszcze na kutrach) jest solony. Ta kilkusetletnia praktyka sprawiła, że świeży śledź, choć pyszny, nie ma dziś wysokiego statusu kulinarnego ani stałego miejsca w jadłospisach, jakie zajmują choćby śledzie w zalewach. Konsument rzadko szuka świeżych, surowych śledzi, dlatego nieczęsto można je kupić. Warto się na nie skusić przede wszystkim w miejscowościach nadmorskich.

Jak wybrać świeżą rybę?

Po pierwsze, spójrz jej w oczy. Powinny być jasne, błyszczące (mętne oczy to znak upływu czasu). Po drugie, dotknij jej – powinna być sprężysta – mięso po naciśnięciu wraca do poprzedniego kształtu, nie zapada się i nie odkształca. Skóra ryby musi być błyszcząca, nie oślizgła. Zajrzyj w skrzela – powinny być żywo czerwone, nie szare. Weź rybę na wdech – instynkt cię nie zwiedzie, świeża ryba delikatnie pachnie morzem, a nie... nieprzyjemną rybią wonią, która świadczy o nieświeżości.

Jakie śledzie kupować?

Kupujcie tylko śledzie (i filety i tuszki), które są całkowicie zanurzone w solance. Śledzie z tak zwanej „beczki” są bezapelacyjnie najlepsze. Niestety beczki drewniane zamieniono dziś na plastikowe, ale jakość ryb pozostaje podobna. W składzie powinno stać: sól, woda, cukier, regulator kwasowości, śledź. Można je nabyć w niektórych hipermarketach na rybnych stoiskach lub na targach. Solanka użyta do ich konserwacji jest mocniejsza niż przy filetach i może osiągać około 17%, dlatego wymagają dłuższego odsalania. Są to zazwyczaj tusze, bez głów, ale niepatroszone. Zdarzają się też ryby w całości. To niewątpliwie towar najwyższej jakości, a co najważniejsze, bez zbędnej chemii spożywczej w przeciwieństwie do filetów, ale o tym później. Problem, który stwarzają, to konieczność ich sprawienia. Nie jest to trudne, wymaga tylko trochę wprawy – przepis podajemy poniżej. Ich mięso po sprawieniu może nie wyglądać atrakcyjnie, ma często brunatne przebarwienia. Ale tak wygląda naturalny i zdrowy śledź! Ważne: Wybierajcie ryby z certyfikatem zrównoważonego rybołówstwa MSC.



Filety kupowane na wagę, w przeciwieństwie do tuszek i całych śledzi, prezentują się wspaniale. I to one najczęściej znajdują nabywców. Niestety, ich niskoprocentowa solanka i nienaturalny jasny kolor stanowią skutek działania wybielaczy chemicznych i konserwantów używanych przy obróbce i pakowaniu. Używa się do tego takich substancji jak benzoesan sodu, a nawet rozjaśniający perhydrol! Jednak w dzisiejszych czasach wizualna atrakcyjność często przesądza o decyzjach konsumentów. Jabłka są okrągłutkie jak spod sztancy, choć w sadach mają różne formy, marchewki nienaturalnie proste, a śledzie jasnokremowe. Trudno byłoby znaleźć kogoś, kto chciałby kupić brunatnego śledzia...

Od niedawna w sklepach są też dostępne gotowe tacki filetów à la matias. Choć wyglądają jak gotowy śledź w oleju, to zawierają jedynie jego dodatek. Tak naprawdę to półprodukt, który najczęściej wymaga krótkiego odsolenia (1-2 godziny).

Śledzie z beczki mają jeszcze jedną bezapelacyjną przewagę nad filetami. W ich brzuchu często znajduje się ikra (małe jajeczka w błoniastym woreczku) albo mlecz (jasna jednolita masa) – jeżeli to śledź bez głowy można poprosić sprzedawcę, by wybrał ikrzaka lub mlecza – w zależności od menu. To wyjątkowe i nieco zapomniane przysmaki dawnej kuchni – chcąc kupić je osobno, trzeba sporo zapłacić. Dlatego pod żadnym pozorem nie należy się ich pozbywać, ale z szacunkiem wykorzystać każdą część, którą dała nam natura i poświęciło zwierzę – zwłaszcza, że jest zdrowa i smaczna. W dalszej części książki podajemy przepisy, w jaki sposób można przyrządzić te przysmaki.



Jak sprawić śledzia?

„Uwaga! One są pokryte łuską (...)” – ostrzega autorka „Wielkiej ilustrowanej książki kucharskiej” z 1929 roku, Helena Mołochowiec. W wielu dawnych tego typu publikacjach pozbywanie się łusek z ryby nazywano goleniem ryby lub czesaniem.

Dlatego jeżeli będziemy używać do potrawy płatów lub filetów ze skórą (np. do rolmopsów octowych), to powinniśmy śledzia ładnie „ocześcić”. W przeciwnym razie od razu przechodzimy do patroszenia. Jak najsprawniej oskrobać rybę? Róbmy to odwrotną stroną noża, trzymając śledzia pod bieżącą wodą – w ten sposób zapobiegniemy odpryskiwaniu łusek.

Aby dobrze i sprawnie wyfiletować śledzia – czy to zielonego (świeżego) czy solonego – niezbędny jest stosunkowo cienki i bardzo ostry nóż oraz duża deska, która stabilnie przylega do blatu.

1

Jeśli śledź jest w całości, najpierw nacinaamy go w części brzusznej i usuwamy wnętrzności, a ikrę lub mlecz zostawiamy. Resztę wyrzucamy i dokładnie płuczemy wnętrze ryby pod bieżącą wodą. W miarę możliwości wycieramy śledzia do sucha. Możemy użyć ręcznika papierowego lub ściereczki kuchennej, którą potem wypierzemy. Wypłukana i osuszona ryba nie będzie się ślizgać po desce.

2

Nacinamy śledzia tuż za głową, za skrzelami tak głęboko, aż poczujemy pod nożem kręgosłup. Wówczas przechylamy nóż o jakieś 90 stopni i delikatnie odcinamy mięso od kręgosłupa do samego ogona ryby. Odkładamy filet i w taki sam sposób postępujemy z drugą stroną śledzia.

3

Z każdego płata odkrawamy powłoki brzuszne wraz z ośćmi i prętami, które się w nich znajdują. Następnie kładziemy filet na desce skórą do dołu. Przytrzymując widelcem lub palcem, nacinaamy mięso nożem do filetowania od strony ogona, aż do skóry, przechylamy narzędzie i prowadzimy je delikatnie do końca fileta, by na całej długości odciąć skórę od mięsa (skórę wyrzucamy). Z solonej głowy śledzia niestety nie możemy ugotować wywaru, tak jak ze świeżej ryby, więc resztki wyrzucamy (lub oddajemy leśnym zwierzętom).

Jak odsalać śledzia?

Moczenie śledzi służy pozbyciu się nadmiaru soli, za pomocą której są konserwowane. Proces ten ma wpływ również na kruchość ryby i łatwość przygotowania potrawy. Kiedyś śledzie były przechowywane w bardziej stężonych solankach, dlatego w książkach kucharskich sprzed lat, a nawet sprzed wieków, możemy przeczytać o 36-godzinym moczeniu.

Podajemy dużą rozpiętość czasową, bo wszystko zależy od „surowca” – by mieć pewność, czy śledź jest wystarczająco odsolony, najlepiej go spróbować. Wystarczy odkroić mały kawałek i dobrze go osuszyć, ponieważ wilgotny będzie nieco mniej słony, co może nas zmylić. Ważne, by nie moczyć śledzia zbyt długo, bo wtedy straci on swój smak. Czas moczenia uzależniony jest nie tylko od stężenia użytej soli, lecz także od potrawy, jaką chcemy przyrządzić – niektórych wymagają wyrazistego, a inne delikatnego smaku. Jeśli filety zamierzamy piec lub smażyć, powinniśmy odsolić je troszkę mocniej. Warto pamiętać, że podczas obróbki termicznej ryby znacznie się wysalają, czyli stają się jeszcze bardziej słone, natomiast do wszelakich marynat mogą być mniej odsolone.

Do odsalania używa się z reguły zimnej wody, którą w trakcie tego procesu należy zmienić przynajmniej dwukrotnie. Z kolei stosowanie w tym celu mleka nadaje mięsu delikatności i pogłębia jego smak. Zazwyczaj robimy to dopiero na dwie godziny przed końcem moczenia.

Niektórzy szefowie kuchni umieszczają śledzie w wodzie gazowanej z dodatkiem odrobiny octu winnego lub soku z cytryny. Zanurzone na pół godziny w kwaskowatej wodzie gazowanej nabierają ponoć szlachetniejszego smaku. My nie korzystamy z tej metody – i nie zauważamy znaczącej różnicy w smaku śledzia, ale możliwe, że tego sposobu wymagają niektóre receptury. Zdarza nam się natomiast moczyć te ryby w piwie, w winie lub herbacie, najchętniej Earl Grey. To, jakie płyny wybierzemy, wpłynie na jej smak, uwypukla jego odpowiednią nutę. Dlatego warto eksperymentować! Sprawdźcie sami, jaki składnik wykorzystany do odsolenia smakuje Wam najbardziej.

Aby przyspieszyć odsalanie, powinniśmy wypatroszyć rybę – pozbyć się wewnętrznosci. Pamiętajmy, że ikra lub mlecz, który może się w środku znajdować, jest wspaniałym dodatkiem lub naturalnym wzmacniaczem smaku, dlatego nie należy ich wyrzucać. Czasem ikra i mlecz też wymagają oddzielnego odsolenia – to zależy od tego, jaką potrawę chcemy z nich przyrządzić.



Dzisiejsze śledzie
odsalamy krócej:

—— *całe śledzie*
od 10 aż do 20 godzin

—— *filety*
średnio od 2 do 8 godzin,
wyjątkowo 12 godzin



Mlecz

– nasienie samca,
ma gładką konsystencję

1

Dobrze smakuje jedzony na surowo z cytrynką, kilkoma kroplami oliwy z oliwek – jako dodatek do pieczywa czy krakersów (wcześniej trzeba go odsalać nawet przez 48 godzin, bo jest bardziej słony niż mięso)

2

Sprawdza się jako naturalny wzmacniacz smaku i aromatu (nieodsolony – jest swoistym zamiennikiem soli). Przetarty przez sito zmienia konsystencję z galaretowatej w półpłynną. Dodaje się go w takiej postaci, wedle gustu, do marynat, sosów czy lodów i traktuje jako przyprawę – słoną esencję śledziowego smaku.

3

Nadaje się do smażenia (po wcześniejszym odsalaniu przez 12-48 godzin) – można wrzucić na rozgrzane masło klarowane goły mlecz lub przyrządzić go w lekkiej panierce.

BENWOLIO

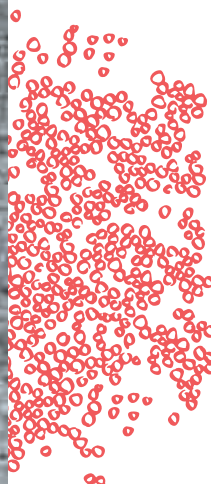
Oto Romeo, nasz Romeo idzie.

MERKUCJO

Bez mlecza, jak śledź suszony.
O! Człowieku! Jakżeś się w rybę
przedzierzgnął!

W. Szekspir, „Romeo i Julia”,
tłum. J. Paszkowski

Jak pisze prof. Jerzy Limon w książce „Szekspir bez cenzury”: „W czasach Szekspira „śledź (albo ryba w ogóle) mógł mieć w podtekście znaczenie niemocy płciowej”. Dlatego Romeo po balu i uciechach z Rozaliną jest wyczerpany i „bez nasienia” jak wysuszony śledź – bez mlecza, więc już po tarle. Ryby w ikonografii epoki miały podtekst erotyczny.



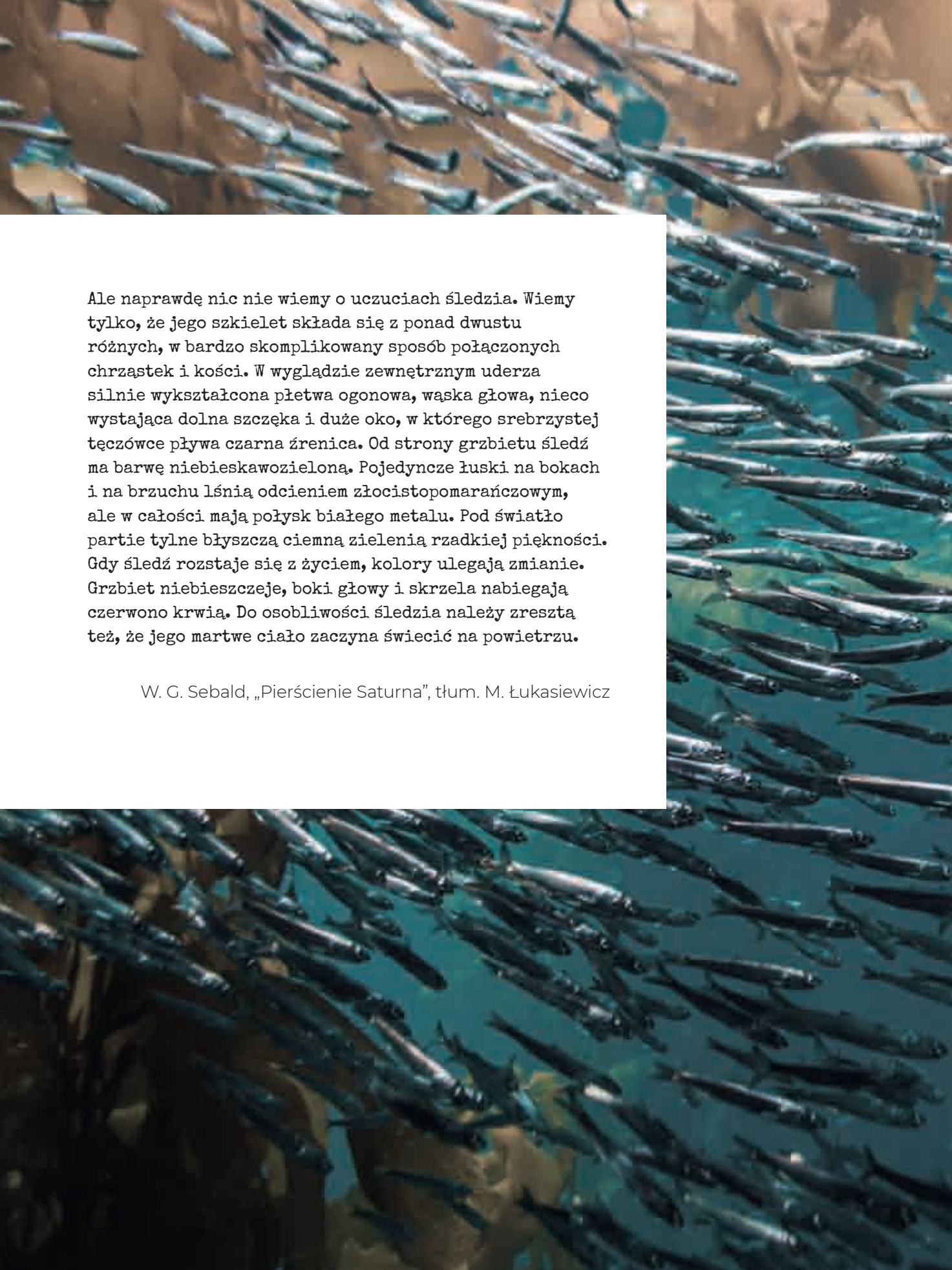
od lewej: pojedynczy mlecz
i ikra śledzia; w rybie zawsze
występują w podwójnych
woreczkach

Ikra

– jajeczka samicy,
chrupiąca faktura z granulkami

Zwana kiedyś „kawiorem ubogich”, bo ma drobniejsze jajeczka niż u innych ryb, a ta, z której pochodzi, jest znacznie tańsza niż białuga czy łosoś. Może być niezależnym daniem, bazą do rozmaitych past kanapowych, nadaje się też do wędzenia czy smażenia.

patrz str. 102 i 126



Ale naprawdę nic nie wiemy o uczuciach śledzia. Wiemy tylko, że jego szkielet składa się z ponad dwustu różnych, w bardzo skomplikowany sposób połączonych chrząstek i kości. W wyglądzie zewnętrznym uderza silnie wykształcona płetwa ogonowa, wąska głowa, nieco wystająca dolna szczeka i duże oko, w którego srebrzystej tęczówce pływa czarna źrenica. Od strony grzbietu śledź ma barwę niebieskawozieloną. Pojedyncze łuski na bokach i na brzuchu lśnią odcieniem złocistopomarańczowym, ale w całości mają połysk białego metalu. Pod światło partie tylne błyszczą ciemną zielenią rzadkiej piękności. Gdy śledź rozstaje się z życiem, kolory ulegają zmianie. Grzbiet niebieszczeje, boki głowy i skrzela nabiegają czerwono krwią. Do osobliwości śledzia należy zresztą też, że jego martwe ciało zaczyna świecić na powietrzu.

W. G. Sebald, „Pierścienie Saturna”, tłum. M. Łukasiewicz

Rodzaje śledzi

Matiasy (lub matiesy)

– tak zwane śledzie dziewicze (z jęz. holenderskiego śledzie prawiczki), młode osobniki poławiane przed pierwszym tarłem, zwane też Hollandse Nieuwe. Ponieważ nie straciły energii na tarło, mają wyjątkowo delikatne, naturalnie zaróżowione mięso (to odpowiednik śledziowej cielęciny) i więcej tłuszczu. Są mniej słone niż inne śledzie, bo konserwuje się je w bardzo lekkiej solance, przez co też szybciej się psują i należy je spożywać tylko w okresie połowowym (nie wymagają też odsalania, ponieważ są na wpół surowe).

Ich obróbka od wieków stanowi tajemnicę strzeżoną przez Holendrów, śledziowych mocarzy. Dojrzewają one dzięki własnym enzymom trawiennym – patroszy się je, pozostawiając wewnątrz trzustkę, która pozwala „dojść” mięsu i nadaje mu lekko pikantny, wyrazisty smak. Poławia się je wiosną, tylko przez dwa miesiące w roku: w maju (zaczyna zazwyczaj tuż przed Zielonymi Świątkami) oraz w czerwcu. Wtedy też należy je spożywać, ta tradycja jest mocno zakorzeniona przede wszystkim w Holandii, gdzie jedzenie matiasów to ważne wydarzenie, które się uroczyście celebry, między innym urządzając święto matiasa i liczne degustacje podczas Dnia Flagi.

Matiasy popularne są też w Norwegii, Belgii i w Niemczech. To śledzie najbardziej szlachetne, najwyżej cenione ze wszystkich i znacznie droższe niż pozostałe – trudno się temu dziwić, skoro tylko kilka procent poławianych na świecie śledzi to matiasy. Na polskim rynku są wciąż trudno dostępne, można je nabyć tylko w wybranych sklepach i dobrych delikatesach, często w postaci mrożonej. Nie należy dać się zwieść etykietom na tanich produktach w popularnych sieciówkach spożywczych, które sugerują, że opakowanie kryje „matiasy w oleju”. Zazwyczaj są to dorosłe śledzie à la matias. Obecnie w potocznej polszczyźnie często i błędnie określa się mianem matiasa zwykły solony filet śledziowy (niegdyś wyraz matjas lub matjes w pozostałych krajach Europy, stosowany był w odniesieniu do tłustych śledzi z beczki). Jednak, tak jak pisaliśmy na początku, obecnie maatjes haring (śledź matias) to nazwa handlowa śledzia dziewiczego, mogą jej używać wyłącznie Holendrzy, którzy kilku lat temu zastrzegli ją w UE.

W naszej książce nie podajemy przepisów na bazie matiasów, ponieważ uważamy, że są na tyle delikatne i zjawiskowe, że nie ma sensu przykrywać ich smaku jakąkolwiek obróbką. Matiasa najlepiej jeść tak, jak robią to Holendrzy – obtoczonego jedynie w cebulce pokrojonej w kostkę (ewentualnie siekanym ogórku); łapiąc za ogonek, podnosząc nad głowę i odgryzając po kawałku od dołu (lub wrzucając mniejsze okazy do gardła). Ten rodzaj wykwinnych śledzi komponować można jedynie z lekkimi marynatami, na przykład na bazie sherry

