

ANTIPASTI E SNACK

## Insalata di aringa

LUOGO: Europa / Grecia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

4 aringhe  
latte  
1/2 kg di patate  
1 cipolla  
4 cucchiai d'olio  
2 cucchiai d'aceto  
1 peperone verde  
prezzemolo

### PREPARAZIONE

- 1 Lasciate le aringhe nel latte per 7-8 ore. Scolatele, togliete la pelle e la lisca e tagliatele in piccoli pezzi. Fate bollire le patate, pelatele e tagliatele a cubetti. Tagliate la cipolla ed il peperone, aggiungete il prezzemolo tritato e mischiate tutti gli ingredienti con olio e aceto.

## NOTE

Potete eliminare il peperone e aggiungere, se volete, una mela agre, 1/2 tazza di yogurt e mostarda in polvere.