

ANTIPASTI E SNACK

Aringa golosa

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Veneto](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



In dialetto veronese viene chiamata (“renga”) è un piatto tipico veronese preparato tradizionalmente il mercoledì delle ceneri. A Parona per esempio si svolge ogni anno, proprio il mercoledì delle ceneri, la festa della renga, momento di chiusura delle festività carnevalesche veronesi.

PREPARAZIONE

- 1 Questo è un altro modo di cucinare la renga, (mentre la renga de Parona va cotta intera sulla graticola pulita dalla pelle e dalle lische messa sottolio e fatta macerare per 30/40 giorni molto buona ma troppo saporita un po salata)

Tagliare a dadini piccoli i peperoni e tritare la cipollina fresca mettere in un tegame con abbondante olio e soffriggere dolcemente.



2 Tagliare a piccoli pezzetti l'aringa e aggiungerla al soffritto di peperoni assieme alle acciughe e ai capperi

Mescolare e aggiungere abbondante olio extra vergine ,cuocere a fuoco lento per circa 50 minuti.

Con il cucchiaio e una forchetta schiacciare l'aringa deve essere abbastanza fine.





3 Mettere nei vasetti ,io li ho messi ancora caldi e chiusi subito.

Da mangiare assolutamente con la polenta abbrustolita o pane tostato è molto buona da condire anche gli spaghetti.

Si può consumare subito si conserva più di un anno.

