

# Рулеты из сельди под маринадом

Категория: Закуски | Кухня: Не указано | Время: 15 мин | Сложность: средне

## Описание

На 4 порции. Время приготовления: 60 мин. В одной порции: 456 ккал; белки — 48 г, жиры — 20 г, углеводы — 10 г. Совет профессионала: чтобы рулетики не распались, сделать в филе небольшой надрез с широкого конца и вложить в него узкий конец (вместо зубочистки).

## Ингредиенты

- филе сельди пряного посола — 4.00 шт.
- лук репчатый — 1.00 шт.
- морковь — 2.00 шт.
- лавровый лист — 1.00 шт.
- перец чёрный горошком — 5.00 шт.
- гвоздика — 3.00 шт.
- уксус 3%-ный — 1.00 ст. л.
- масло растительное — 1.00 ч. л.
- майонез — 250.00 мл
- сливки — 4.00 ст. л.
- коньяк — 4.00 ст. л.
- сахар
- горчица
- перец

## Приготовление

1. Морковь натереть на крупной тёрке. Лук нашинковать полукольцами, залить кипятком. Добавить морковь, лавровый лист, перец, гвоздику, щепотку сахара и варить около 15 мин. Влить уксус и ещё немного поварить.
2. Филе сельди слегка отбить. Смазать маслом, разложить овощи и свернуть рулеты.
3. Рулеты сложить в стеклянную посуду и залить соусом из майонеза, взбитых сливок и коньяка. По желанию приправить горчицей и перцем. Выставить на холод на 6 ч.

## Теги

#сытное блюдо

