

## Salade aux harengs fumés et aux pommes



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 15 mn

*À l'origine, le hareng fumé est un simple hareng desséché, connu de temps immémoriaux, et conservé selon divers procédés par les peuples de la mer. C'est à partir du 13e siècle que la préparation traditionnelle par salage et fumage prend une grande importance.*

### Ingrédients

- 4 harengs fumés
- 4 pommes
- 2 oignons
- 1 citron
- 5 cl de vinaigre
- 5 cl d'huile d'olive
- 10 cl de vin blanc
- 1 blanc de poireau

### Préparation

- 1 Pelez, lavez et coupez les pommes en lamelles. Pressez le citron et versez-le sur les pommes.
- 2 Coupez les harengs en fines lanières. Pelez, lavez et coupez les oignons en fines lamelles. Enfin, lavez et coupez le poireau en petits tronçons.
- 3 Mettez les pommes, les harengs, les oignons et les poireaux dans un grand saladier. Préparez la sauce vinaigrette, en mélangeant, le vinaigre, l'huile et le vin blanc, et versez-la par-dessus.
- 4 Mélangez soigneusement et gardez au frais jusqu'au moment de servir! Bon appétit!

Proposé par



**lesbonsrestaurants**

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

