

Udbening af sild

Det skal du bruge:

- 2 stk. sild
- 1 stk. fileteringskniv
- 1 stk. skærebræt

OBS: Det kan være svært at filetere en hel fisk, så hjælp hinanden i grupperne. Det kan være en god ide at have fileteringsvideoen ved siden af, så I kan se, hvordan Rikke Højer gør.

Sådan gør du:

1) Fjern indmaden i silden ved at skære et snit i bugen. Start ved gatten (det er det lille hul, silden har næsten nede ved halen på undersiden), og skær ned mod hovedet. Nu kan indmaden fjernes – smid det i skraldespanden.

2) Skyl nu sildene under koldt vand, og gnid dem (forsigtigt) for at fjerne skæl på skindsiden og blodrester inde i silden.

3) Skær hovedet af silden, og smid det i skraldespanden.

4) Fjern rygbenet i silden - her skal du bruge dine fingre til at føle dig frem. PAS PÅ! Benene i silden kan være skarpe. Start med at løsne det store rygben oppe i hovedenden – kødet er meget blødt, så det slipper let. Før nu din tommelfinger ned langs begge sider af rygbenet – start med den ene side, og tag derefter den anden side. Brug evt. også din pegefinger til at løfte benet med. Det vil også komme mange små ben med – det skal der.



5) Til sidst, når rygbenet er løsnet, kan det trækkes helt af. Skær evt. de ben fra, som du kan få øje på. Fjern de sidste ben med en pincet. Gentag med den anden sild.