

Mit freundlicher Unterstützung vom



RINDER
MARKT
HALLE
St. Pauli

SCHNACK 'N' SCHLEMM

SAMSTAGS
AB 12 UHR
in unserer Marktküche



Dr. Heike
Niemeier



Heikes Rezept für

MATJES-HERING

„HAUSFRAUEN-ART“

MATJES-HERING „HAUSFRAUEN-ART“



Zutaten für 2 Personen

- 4 kleine Kartoffel (festkochend)
- 400 g Matjesheringe
- ½ Apfel
- 40 g Gewürzgurken
- 2 Frühlingszwiebeln
- 4 Radieschen
- 1 Zitrone
- 100 g Crème fraîche
- 100 ml Sahne
- ½ Salatgurke
- ½ Bund Dill
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Essig
- Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Die Kartoffeln gründlich waschen und in kochendem Salzwasser auf mittlerer Stufe ungefähr 20 Minuten garen.
2. Den Dill waschen und trocken schütteln, dann fein hacken. In einer kleinen Schale beiseitestellen.
3. Die Zitrone halbieren und aus einer Hälfte den Saft pressen. Die andere Hälfte in Scheiben schneiden.
4. Die Crème fraîche und die Sahne in eine Schüssel geben und gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer, ein bisschen Dill und Zitronensaft abschmecken.
5. Apfel, Frühlingszwiebel und Radieschen waschen und trocknen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, den Apfel, zwei Radieschen und die Gewürzgurken würfeln. Alles zusammen unter die Crème-fraîche-Sahne-Soße heben.
6. Die Salatgurke waschen und in feine Scheiben schneiden. Die restlichen Radieschen ebenfalls in Scheiben schneiden. In einer neuen Schüssel Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer miteinander verrühren. Die Gurkenscheiben, Radieschen und den restlichen Dill unterheben.
7. Die weichen Pellkartoffeln in ein Sieb abgießen und noch heiß pellen.
8. Jeweils 200 g Matjes auf einem Teller mit der sahnigen Soße, dem Gurkensalat, Zitronenscheiben und Pellkartoffeln anrichten.

