

HIGHLIGHTS // 2017


Eurest

MÄRZ



Alles **Hering** oder was?

HERINGSSALAT MIT GURKE UND SCHNITTLAUCH AN ROSMARINKARTOFFELN

HERINGSSALAT MIT GURKE UND SCHNITTLAUCH AN ROSMARINKARTOFFELN

Zutaten für 4 Personen

500 g Matjes
1 St. Staudensellerie
1 Salatgurke
200 g Creme fraiche
1 Bund Schnittlauch
4 Zweige Rosmarin
1 rote Zwiebel
Kräuteressig
2 säuerliche Äpfel
(z.B. Boskoop)
300 g Magerquark
100 ml Milch o. Sahne
800 g Drillinge
Salz, Pfeffer und
Zucker

Matjes entgräten und in mundgerechte Stücke schneiden. Gurke schälen, längst halbieren, mit einem Teelöffel entkernen und in Stücke schneiden (Halbmonde). Zwiebel in feine Würfel schneiden. Staudensellerie waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Das Grün aufheben und später zur Dekoration verwenden

Äpfel waschen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Quark, Creme Fraiche, Milch, Essig und eine Prise Zucker verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Matjeswürfel, Zwiebelwürfel und Apfelwürfel zusammen mit den Staudensellerie-scheiben vermengen und 20 Minuten ziehen lassen. Gegebenenfalls nochmal nachwürzen.

Drillinge kochen bis Sie bissfest sind. Halbieren und in heißer Butter mit Rosmarin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen

Auf einem Teller anrichten und mit den Staudensellerieblättern garnieren.

Guten Appetit!

HIGHLIGHTS // 2017


Eurest

MÄRZ



Alles **Hering** oder was?

KARTOFFEL-RÖSTI MIT HAUSGEMACHTEM APFEL-MATJESTARTAR

KARTOFFEL-RÖSTI MIT HAUSGEMACHEM APFEL-MATJESTARTAR

Zutaten für 4 Personen

4 Matjesfilet
à ca. 60 gr.

0,5 Bd. Lauchzwiebeln

1 mittelgroßer Apfel

1 Gewürzgurke

3 Stiele Dill

1 Tl. Zitronensaft

Salz, Pfeffer, Zucker

1 kleine Zwiebel

0,5 kg Reibe-
kuchenteig

1 Ei, 3 El Öl, 2 Tl. Mehl

als Garnitur 1 Apfel

und 1 unbehandelte
Zitrone

Matjes waschen und trocken tupfen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Den Apfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Matjes, Gurke und Apfel fein würfeln. Dill waschen und ein wenig für die Garnitur zurücklegen. Den Rest sehr fein schneiden. Anschließend alles mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebeln, Mehl und Ei zum Reibekuchenteig geben.

Öl erhitzen und daraus 8 Rösti's goldbraun backen. Jeweils zwei Rösti und Matjes-Tartar anrichten und garnieren.

Guten Appetit!

HIGHLIGHTS // 2017


Eurest

MÄRZ



Alles **Hering** oder was?

MATJES IM KRÄUTERMANTEL MIT GEBRATENEN KARTOFFELWÜRFELN UND BOHNEN

MATJES IM KRÄUTERMANTEL MIT GEBRATENEN KARTOFFELWÜRFELN UND BOHNEN

Zutaten für 4 Personen

8 Matjesfilet,
Doppelmatjes getrennt
3 EL Kräuter
(1 Bund glatte und
krause Petersilie,
6 Blätter Salbei,
5 Stiel Thymian)
150 g Toastbrot
3 Eier aufgeschlagen
zum panieren
150 g Mehl
50 ml Olivenöl
0,6 Kg Kartoffeln
0,6 Kg grüne Bohnen
1 TL Bohnenkraut
Salz, Pfeffer,
Rapsöl, Butter

Toast entrinden und in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. Die Toaststreifen einfrieren und danach mit einem Mixer vorsichtig zerbröseln. Petersilie waschen, trocknen und mit den anderen Kräutern zusammen hacken. Die Kräutermischung mit dem Paniermehl (Mie de Pain) vermengen.

Die einzelnen Filets erst in dem Mehl, dann in Ei, dann in dem Kräuterpaniermehl wenden und gut andrücken.

Filets in einer Pfanne mit dem Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten.

Für die Kartoffelwürfel: Kartoffel waschen und mit Schale kochen. Danach die Kartoffeln pellen und kalt werden lassen. Die Kartoffeln nun in Würfel schneiden und mit dem Raps-öl in einer Pfanne braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Bohnen: Die Bohnen waschen und die Enden abschneiden. Danach im kochenden Salzwasser garkochen. Wenn diese fertig sind sofort im Eiswasser abkühlen, damit die Bohnen ihre Farbe erhalten. In etwas Butter schwenken und mit Salz, Pfeffer und dem Bohnenkraut würzen.

Guten Appetit!