

Roter Matjes (Hering-Salat mit Randen)

Zutaten: (für ca. 2 Personen)

200 g Matjes-Filets
1 gekochte Rande
1 kleine Zwiebel
1 Essiggurke
1 EL Kapern
4-5 EL Sauerrahm
½ KL Meaux-Senf (oder ein anderer körniger Senf Ihrer Wahl)
1 ½ EL Apfel-Essig
frischer Dill
Salz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Die Matjes in mundgerechte Stücke schneiden. Die Randen in leicht gesalzenem Wasser kochen, abkühlen lassen, schälen und in kleinere Würfelchen schneiden.

Sauerrahm, Joghurt, Essig und Meaux-Senf zu einer Sauce verrühren. Die Zwiebel fein hacken. Die Essiggurke in kleine Würfelchen schneiden und beides, zusammen mit den Kapern und dem fein gehackten Dill, zum Sauerrahm geben. Die gewürfelte Rande und die in Stücke geschnittenen Matjes-Filets dazugeben und gut mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Im Kühlschrank für etwa eine Stunde kühlstellen.

Den «Roten Matjes» mit Pell-Kartoffeln (Gschwellti) oder mit einem Stück Schwarzbrot und frischer Butter servieren.
