

Mit Herz am Herd | Matjesfilet mit Rote-Bete-Carpaccio und Rösti-Talern

Zutaten für 4 Personen

Für die Matjes:

- 8 Matjesfilet
- 2 Äpfel
- 2 rote Zwiebeln
- 1 kleine Landgurke
- 2 Essiggurken
- 2 EL Gurkenwasser
- Wacholder
- Lorbeer
- 200 g Joghurt
- 200 ml frische Sahne
- 1 Zitrone
- 1 Sträußchen Petersilie oder Dill
- Prise Salz, Pfeffer, Zucker

Für die Rösti:

- 800 g Kartoffeln
- Prise Salz, Pfeffer
- 200 ml Rapsöl zum Braten

Für das Carpaccio:

- 800 g Rote Bete, frisch
- 100 ml Weißweinessig
- 1 Bund Suppengemüse
- Lorbeer
- Wacholder
- Nelken
- Prise Salz, Pfeffer, Zucker
- Leindotteröl oder Olivenöl zum Beträufeln
- Kresse zum Garnieren

Zubereitung:

Die Matjesfilets unter kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier abtrocknen und in eine Schüssel legen.

Für die Marinade Joghurt und Sahne mit Zitronensaft und 2 EL Gewürzgurkenwasser glattrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen. Lorbeer und Wacholder dazugeben.

Die Gurken in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und auch in dünnen Scheiben schneiden. Die Landgurke ebenfalls in kleine Scheiben schneiden. Den Apfel schälen, vierteln und in feine Spalten schneiden. Gehackte Petersilie dazugeben.

Diese Marinade über die Matjes Heringe geben und für mindestens 3 Stunden einlegen.

Für die Rösti die Kartoffeln schälen, waschen und mit einer feinen Küchenreibe rappen. Den Kartoffelsaft nur leicht ausdrücken, damit der Taler die Stärke behält. Von Hand kleine Rösti-Taler formen und in der Pfanne erst kurz bei hoher Hitze, dann bei mittlerer Hitze ca. 5 - 7 Minuten knusprig braten.

Die Rote Bete mit heißem Wasser, Lorbeer, Wacholder, Nelken, Salz, Pfeffer und Zucker aufsetzen. Bei geschlossenem Topf 20 Minuten bissfest garen. Danach unter fließendem kaltem Wasser die Haut abbürsten. Die Rote Bete in dünne Scheiben schneiden. Eine Rosette auf dem Teller auslegen. In die Mitte den marinierten Hering geben. Mit Leindotteröl beträufeln und nochmal pfeffern. Mit den Rösti-Talern und Kresse garnieren.

Rezept: Cliff Hämmerle

Quelle: Mit Herz am Herd vom 03.02.2018