Rezept

Mini-Matjes-Schichtsalat

Ein Rezept von Mini-Matjes-Schichtsalat, am 27.04.2024

Zutaten

2 Stangen	Staudensellerie
½	Apfel
1 ½ EL	Weißweinessig
	Pfeffer
100 g	saure Sahne
2 TL	gehackte Dillspitzen
30 g	Walnusskerne
1 EL	Honig
	Salz
100 g	marinierte Rote-Bete-Scheiben (aus dem Glas)
150 g	Matjesfilets

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal, 16 g F, 8 g EW, 11 g KH

Zubereitung

1. Sellerie waschen und in Scheiben schneiden. Walnüsse zerbröckeln. Apfel entkernen, schälen und klein würfeln. Alles mit Honig und 1 EL Essig mischen, salzen und pfeffern. Rote-Bete-Scheiben kalt abspülen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Saure Sahne mit restlichem Essig verrühren, salzen und pfeffern. Matjes würfeln.

2. In vier Gläser jeweils 1 Scheibe Rote Bete, etwas Salat, wieder Rote Bete, Matjes und darüber den restlichen Salat schichten. Mit der Sauce beträufeln, restliche Rote Bete darauf anrichten und mit Dill garnieren.