



Matjes mit neuen Kartoffeln, Bohnen und Specksoße

von Gerd Diedrich

pro Person

ca. 3 – 4 halbe Matjes
(Nordische Art in Öl eingelegt)

4-6 neue Kartoffeln

ca. 120 – 150 g Princessbohnen

ca. 80 – 100 g durchwachsenen
Schinkenspeck

ca. 50 - 60 g Butter

Lorbeerblätter,
Salz,
Pfeffer,
Kümmel,
Zwiebeln,
Äpfel,
Essig,
Petersilie,
Dill,
Bohnenkraut

Zubereitung:

Man lege die Matjes ca. 12 Std. vor dem Verzehr im Schichtverfahren in Schale.

(Eine Lage Zwiebelringe/geschälte Apfelscheiben, eine Lage Matjes, usw. je nach Bedarf)

Das Öl, in dem sie beim Kauf eingelegt waren wird durch eine geringe Menge Olivenöl ergänzt.

Ca. 150 ccm Wasser zum Kochen bringen etwas Salz, Pfeffer, 2 – 3 Lorbeerblätter

und etwas Weinessig (2 Esslöffel) sowie frischem gehackten Dill dazutun und zusammen mit dem zuvor genannten Öl über die Matjes gießen und bis zum Verzehr abdecken.



Die Princessbohnen in Wasser bissfest mit etwas frischem Bohnenkraut garen.

P.P. 1 – 2 Schinkenspeckscheiben in den Pfanne anbraten und später mit den Bohnen servieren.

Der restliche Speck wird in kleine Würfel geschnitten, angebraten und mit ca. 50 – 60 g zerlassener Butter p.P. als Soße über die Kartoffeln und Bohnen serviert.

Neue Kartoffeln sollte man in Salzwasser mit Kümmel kochen.
Es können auch Pellkartoffeln serviert werden.
Petersilie wird zum Garnieren verwendet.

Der Matjes sollte ca. 15 Minuten vor dem Servieren aus der Lake genommen werden damit er abtropfen kann. Zwiebel – und Apfelfringe werden gesondert angerichtet,

Guten Hunger!!!!