Artikel vom 02.10.2019 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 16:54 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/rheinischer-matjessalat

Rheinischer Matjessalat



Foto: Sabine Jansen-Nöllenburg

Zutaten (für 4 Personen):
6 Matjesfilets,
2 gekochte Rote Beten,
1 Apfel,
1 Zwiebel,
1 Becher Joghurt,
1 Becher Schmand,
1 EL Essig,
Pfeffer.

Zubereitung:
Rote Bete klein würfeln. Apfel waschen, entkernen, klein würfeln. Zwiebel pellen, klein hacken. Matjes klein schneiden. Joghurt, Schmand und Essig verrühren, mit Pfeffer abschmecken. Matjes, Rote Bete, Apfelwürfel und Zwiebelstücke mit dem Joghurt-Dressing verrühren und servieren.