

# Matjes mit Speckstippe, Pellkartoffeln und Bohnen

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln  
500g grüne Bohnen  
2 Teelöffel Bohnenkraut  
150g durchwachsenen Speck  
2 rote Zwiebeln  
100 ml Fleischbrühe  
2 Esslöffel Weißweinessig  
Salz  
Pfeffer  
Zucker  
8 Matjesfilets

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an [fischrezepte@dstumpf.de](mailto:fischrezepte@dstumpf.de). Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

## Zubereitung:

Neue Kartoffeln waschen, mit Schale 20 Minuten kochen. Bohnen putzen, waschen. In kochendem Salzwasser mit Bohnenkraut 12-15 Minuten garen. Durchwachsenen Speck würfeln, in einer Pfanne ohne Fett auslassen. Zwiebeln abziehen, in Ringe schneiden, zum Speck geben. Fleischbrühe und Weißweinessig angießen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Matjesfilets abspülen, trockentupfen, mit Zwiebelringen anrichten. Dazu Bohnen mit Speckstippe und Pellkartoffeln essen.