

Matjes mit Speckstippe

Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln
500g grüne Bohnen
2 Teelöffel Bohnenkraut
150g durchwachsener 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. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Kartoffeln waschen, mit Schale 20 Minuten kochen. Grüne Bohnen putzen, waschen. In kochendem Salzwasser mit Bohnenkraut 12-15 Minuten garen. Speck würfeln, in einer Pfanne ohne Fett auslassen. Zwiebeln abziehen, in Ringe schneiden und 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 reichen.