



Zutaten für 2 Personen

2 mittelgroße Rote Bete Rüben
2 mittelgroße festkochende
Kartoffeln

2 Matjesfilets (100 g)
etwas Mehl
2 handvoll junge Salatblätter
etwas Petersilie
Balsamico (dunkel)
Olivenöl
Basilikum-Senfkorneröl
Himbeeressig
etwas Honig
etwas Kresse
Salz
Pfeffer



Zweierlei von Roter Bete, Kartoffel und Matjes

Zubereitung

Einen Topf mit Wasser und etwas Salz aufstellen. Kartoffeln hineinlegen und weich kochen. Rote Bete ebenfalls weich kochen, oder alternativ vorgegarte Rote Bete nehmen. Beides nach dem Kochen abkühlen lassen und pellen. In etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden und mit einer Form nach eurem Belieben ausstechen. Beiseite stellen. "Abschnitte" klein schneiden. Aus den Matjesfilets zwei Stücke portionieren (sollten in etwa die gleiche Größe wie die Kartoffel und Rote Bete haben). Den Rest ebenfalls klein schneiden und zur Kartoffel-Rote Bete-Mischung geben. Petersilie fein hacken und dazu geben. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Basilikum würzen.

Die Rote Bete und Kartoffel-Scheiben mit Salz und etwas Pfeffer würzen. Matjesfilets in etwas Mehl wenden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Matjesfilets von beiden Seiten 5 Sekunden anbraten.

Für die Vinaigrette je einen 1/2 EL Olivenöl, Basilikum-Senfkorneröl und Himbeeressig mit 1/2 TL Honig, Salz und Pfeffer glatt rühren.

Salatblätter waschen und trocken schleudern. Auf zwei Teller verteilen und mit der Vinaigrette beträufeln. Für die Türmchen abwechselnd Rote Bete und Kartoffelscheiben aufeinander legen. Mit Matjesfilet abschließen und mit Kresse garnieren.

Den Kartoffel-Rote Bete-Matjessalat ebenfalls auf die Teller geben und mit Petersilienblättchen garnieren.

Tipp: Die Türmchen erst kurz vor dem Servieren zusammenbauen, da sonst die Rote Bete die Kartoffel rot verfärbt und der sensationelle Effekt dahin ist.