

# Bunte Salate in Kartoffeldressing mit gebratenem Matjes

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Matjesfilets gebraten, geht das? Probieren Sie es einmal aus.

## Zutaten

- 6 -8 Stück 1A holländische Matjesfilets
- 100 g Feldsalat
- 8 Kirschtomaten
- 250 g Fadenböhnchen
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleines Bund Schnittlauch
- 2-3 gekochte Pellkartoffeln
- Etwas geriebenes Weißbrot
- 1 Becher Crème fraîche
- Etwas heller Balsamico
- Etwas gutes Olivenöl
- Etwas Butterschmalz zum Braten
- Etwas Fleischbrühe
- Gewürze

## Zubereitungsart

### Schritt1

Gemüse und Salat putzen und waschen.

### Schritt2

Die Fadenböhnchen in Salzwasser "al dente" blanchieren, abkühlen.

### **Schritt3**

Die Kirschtomaten kurz brühen, abkühlen und abziehen.

### **Schritt4**

Den Feldsalat eine halbe Stunde in kaltem Wasser knackig "auffrischen". Danach wieder trocknen.

### **Schritt5**

(Schleudern oder auf ein Küchentuch legen)

### **Schritt6**

Das Kartoffeldressing:

### **Schritt7**

Die gekochten Pellkartoffeln stampfen oder durch eine Presse drücken und salzen, pfeffern und etwas gemahlenen Chili dazu geben.

### **Schritt8**

Die Schalotten und die Knoblauchzehe fein würfeln, dazu geben. Wenig Fleischrühre, (3 - 4 Esslöffel) Balsamico, etwas Zucker und Öl hinzufügen und zu einem schmackhaften Dressing verrühren.

### **Schritt9**

Schnittlauch Crème fraiche:

### **Schritt10**

Crème fraiche, salzen, pfeffern sowie etwas Balsamico und eine Prise Zucker dazu geben, abschmecken.

### **Schritt11**

Mit einem Schuss Olivenöl und dem fein geschnittenen Schnittlauch vollenden.

### **Schritt12**

Die Matjesfilets:

### **Schritt13**

Die grätenfreien Matjesfilets erst im Panierbrot wälzen und anschließend leicht in Mehl wenden, alles gut andrücken.

### **Schritt14**

(Wundern Sie sich nicht über diese Reihenfolge, es geht bestens)

### **Schritt15**

Anschließend kurz in Butterschmalz von beiden Seiten rausbraten.

## **Schritt16**

Anrichtevorschlag:

## **Schritt17**

Den Feldsalat, Kirschtomaten und die Fadenböhnchen recht farbenfroh arrangieren und mit dem Kartoffeldressing marinieren, mengen. Die Schnittlauch crème fraiche drum herum verteilen.

## **Schritt18**

Die gebratenen, krossen Matjesfilets dritteln und die Stücke auf dem Salat verteilen.

**Rezeptart:** Kalte Vorspeisen **Tags:** bunt, kalte vorspeise, saisonal, warm

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/bunte-salate-in-kartoffeldressing-mit-gebratenem-matjes/>