

Portwein - Matjes - Happen



- **Küche:** Deutsch
- **Gang:** Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht

- **Portionen:** 5
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '5', 'yield' : '' });
```

Der Frühsommer ab Juni ist Matjeszeit. Über das ganze Jahr sind sie so zart und geschmackvoll. Eine gute Gelegenheit ist sich einmal die „Jungfrau des Meeres“ zu gönnen und eventuell auch auf Vorrat zu zubereiten.

Die Portwein - Matjes im Kühlschrank zu haben, ermöglicht ein schnelles unaufwendiges Gericht, z.B. mit jungen Kartoffeln, knusprigen Speckbratkartoffeln oder auch nur mit dunklem Vollkornbrot. Matjesgerichte gibt es „zu Hauff“, wer kennt nicht die Zubereitungen z.B. nach Hausfrauen Art, nordisch, skandinavisch, exotisch, mit Kräutern, viel saurer Sahne oder Mayonnaise.

Die Gekonntgekocht Portwein - Matjes sind absolut naturell mit rotem Portwein mariniert. Ohne überflüssige Kalorien, appetitlich bunt und voller toller Aromen.

Das Gericht kann zum sofortigen Verzehr oder auch auf Vorrat zubereitet werden.

Zutaten

- 500 g erstklassige, holländische Matjesfilets, absolut grätenfrei, unter fließendem Wasser gewaschen, trocken getupft.
- 10 - 12 gleichmäßig kleine Schalotten, geschält
- 1 kleine Möhre in hauchdünnen Scheibchen
- 200 g kleine Kirschtomaten ohne Blüte, gewaschen
- 2 Stängel frischer Dill
- 1 TL weiße Pfefferkörner
- 2 Lorbeerblätter
- 2 - 3 Nelkenköpfe
- 6 Körner Piment
- 30 g Zucker
- 300 ml Portwein
- 350 ml Apfelessig oder entsprechend weniger Weißweinessig

Zubereitungsart

Schritt1

Wenn man die Portwein - Matjes auf Vorrat machen möchte, die Schraubgläser zunächst kurz in kochendes Wasser geben um sie zu sterilisieren.

Über Kopf trocken laufen lassen.

Schritt2

Die Schalotten und die Möhrenscheiben mit den Gewürzen und den Dillstängeln zum Portwein und Essig geben.

Zwei Minuten leise köcheln lassen, dann die Kirschtomaten hinzufügen.

Alles lauwarm abkühlen, die Gewürze „ausziehen“ lassen.

Schritt3

Die Matjes, als ganzes Filet oder als Happen, in 3 cm große Stücke schneiden und mit der etwas abgekühlten Marinade übergießen.

Schritt4

Mindestens 2 Tage marinieren lassen.

In Schraubgläsern gut verschließen, dann sind sie im Kühlschrank bis zu 2 Wochen haltbar.

Rezeptart: Kalte Fischgerichte, Kleine Gerichte, Marinaden, National / Regional, Schnelle Rezepte

Zutaten: Essig, Matjes, Möhren, Pfeffer, Schalotten, Tomaten, Zucker

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/portwein-matjes-happen/>