

Sommerliche Salate, mit Rotwein Matjes und kleinen Reibekuchen



- **Portionen:** 4-6
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4-6', 'yield' : " });
```

In der Matjessaison erstmals ab Mitte Juni gedacht, schmeckt sicherlich das ganze Jahr über

Zutaten

- 4 - 6 vollfleischige, erstklassige Matjesfilets
- 1 kleine, vollreife Avocado
- 1 Schälchen Kirschtomaten
- 8 bis 10 gleichmäßig, große Schalotten
- 1 kleiner Kopf krause Endivie, Frisée
- 1 großer, saurer Apfel
- 2 El geröstete Pinienkerne
- Rotweinessig und / oder weißer Balsamico
- Etwas Kürbiskernöl
- Etwas Honig
- Etwas Senf

Zubereitungsart

Schritt1

Zubereitung in folgenden Schritten :

Schritt2

Die Vorbereitungen:

Schritt3

Die Matjesfilets, marinieren ich am Vortag.

Schritt4

(Wenn man sie nicht schon fertig als Rotweinmatjes kaufen kann)

Schritt5

Dazu bereite ich mir eine geschmackvolle Marinade aus:

Schritt6

Salz, Pfeffer, Honig, einem Teelöffel Senf, Rotweinessig und Rotwein, gutem Kürbiskernöl zu, in die ich die Matjesfilets über Nacht einlege.

Schritt7

Das Salatdressing:

Schritt8

Aus einem Löffel gutem Senf, einem Tl Honig, Salz,, Pfeffer oder etwas gemahlenem Chili, weißem Balsamico und Kürbiskernöl eine „satte Vinaigrette“ herstellen.

Schritt9

Die Kirschtomaten ev. halbieren. Den Frisèesalat putzen, in mundgerechte Stücke zupfen und in kaltem Wasser auffrischen. Anschließend auf einem Küchentuch gut trocknen.

Schritt10

Die Avocados schälen, den Kern entfernen und in Scheiben schneiden, ebenso den Apfell, beides sofort mit Zitronensaft beträufeln.

Schritt11

Anrichtevorschlag:

Schritt12

Auf einem großen, dekorativen Vorspeiseteller zunächst den in der Vinaigrette gemengten Frisèe Salat anrichten.

Schritt13

2 - 3 Avocadoscheiben seitlich dran stecken. Ebenso etwas von dem Apfel und die Kirschtomaten verteilen.

Schritt14

Die Matjesfilets etwa dritteln und 4 - 5 Stücke p.P. auf dem Ganzen placieren; die Pinienkerne darüber streuen.

Schritt15

Hervorragend passen dazu krosse, kleine Mini-Reibekuchen mit etwas Kräuterdipp (siehe mein Rezept Reibekuchen)

Rezeptart: Kalte Vorspeisen **Tags:** maritim, meeresfrüchte, saisonal, sommerrezepte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/sommerliche-salate-mit-rotwein-matjes-und-kleinen-reibekuchen/>