



Heringsaláta

🕒 20–30 Perc 🍴🍴🍴

Elkészítés

- 1 A hagymát hámozzuk meg és vágjuk finomra. A céklát, a főtt tojást és az uborkát vágjuk apró kockákra.
- 2 Ezután csepegtessük le a heringfiléket és vágjuk falatnyi darabokra. Keverjük össze az előbbiekkal egy tálban.
- 3 A tejfölt keverjük el a natúr joghurttal és egy csepp fehérborecettel, majd öntsük a salátára.
- 4 A következő lépésben mossuk meg és hámozzuk meg az almát, majd vágjuk apró kockákra. Gyorsan keverjük a salátához, hogy az almadarabok ne barnuljanak meg.
- 5 A kész salátát ízesítsük sóval, borssal petrezselyemmel és kaporral.
- 6 Tálaljuk friss bagettel vagy pirítóssal.

TIPP: Ha nem szereted a céklát, elhagyhatod, és készíthetsz klasszikus fehér heringsalátát. A hozzávalók a cékla kivételével ugyanazok.

Összetevők 4 fő részére

🍴 = Kotányi Produkte

4 szelet	Olajos halfilé pl. hering (kb. 275g lecsepegtetve)
1 db	Alma
4 db	Főtt tojás
200 g	Főtt cékla
1 fej	Fehér hagyma
3 db	Savanyú uborka
1 teáskanál	Fehérborecet
4 evőkanál	Tejföl
3 evőkanál	Natúr joghurt
	🍴 Tarkabors, egész
	🍴 Tengeri só, durva szemű
1 evőkanál	🍴 Kapor, szeletelt
1 evőkanál	🍴 Petrezselyem, szeletelt

