



Schneller Heringssalat rot-weiß

🕒 20–30 Min   

Zubereitung

- 1 Im ersten Schritt werden die Zwiebeln geschält und in feine Würfel geschnitten. Die rote Rübe, gekochten Eier und die Essiggurken ebenfalls in feine Würfelchen hacken.
- 2 Anschließend die Heringfilets abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit den anderen Zutaten in einer Schüssel verrühren.
- 3 Nun den Sauerrahm mit dem Naturjoghurt und einem Schuss Weißweinessig verrühren und in die Schüssel zugeben.
- 4 Im nächsten Schritt den Apfel waschen, schälen und ebenfalls in kleine Würfelchen schneiden. Schnell unter den Salat mischen, damit die Apfelstücke nicht braun werden.
- 5 Den fertigen Salat nun noch mit Salz, Pfeffer, Petersilie und Dillspitzen abschmecken und kalt stellen.
- 6 Mit frischem Baguette oder Toast servieren.

Zutaten für 4 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

| | |
|---------|--|
| 4 Stk. | Fischfilets z.B. Hering (Abtropfgewicht 275g) |
| 1 Stk. | Apfel |
| 4 Stk. | Eier, hartgekocht |
| 200 g | Rote Rübe, gekocht |
| 1 Stk. | Zwiebel, weiß |
| 3 Stk. | Essiggurken |
| 1 TL | Weißweinessig |
| 4 EL | Sauerrahm |
| 3 EL | Naturjoghurt |
| 1 EL | ♦ Dillspitzen geschnitten |
| 1 EL | ♦ Petersilie geschnitten |
| 1 Prise | ♦ Meersalz jodiert grob |
| 1 Prise | ♦ Pfeffer bunt ganz |

TIPP: Wer es bunt mag, kann bei einem Teil die Rote Rübe weglassen und somit einen klassischen weißen Heringssalat zaubern.

