



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.

