

# Matjes-Rollen

## Für 4 Portionen:

300–400 g Matjesfilets	1 rotschaliger Apfel	100 g grüne Gurke, geschält
100 g Radieschen	100 g Crème fraîche	1 TL Meerrettich
Salz, Pfeffer	Schnittlauchstangen	

Vier Matjesfilets trockentupfen, zu leicht trichterförmigen Ringen rollen und mit Holzzahnstochern zusammenstecken.

Apfel und Radieschen gut waschen, die Gurke schälen. Alles in feine längliche Streifen schneiden, mischen und in die Fischröllchen füllen.

Aus Meerrettich, Crème Fraîche, wenig Salz und Pfeffer eine Marinade rühren. Diese Marinade kann zu den Fischröllchen gereicht werden oder vor dem Servieren über die Matjesfüllung gegeben werden. Zur Dekoration einige Schnittlauchstangen kürzen und in die Füllung stecken.

## Tipps:

Klassische Matjes, die vor dem Laichen im Frühjahr gefangen werden, sind sehr zart und fettreich und – da vorher tiefgefroren – auch im Winter zu haben. Für unser Rezept sind auch die festeren Matjesfilets nordische Art geeignet. Siehe hierzu unseren Test Matjesfilets.

Hier ein Rezept für einen Matjessalat mit Kartoffeln, Ei und roter Bete: Vier Matjesfilets in etwa 3 mal 3 Zentimeter große Stücke schneiden. 2 Eier und 6 kleine Kartoffeln kochen, in Scheiben schneiden. Ebenso 4 sehr kleine Rote-Bete-Knollen, süßsauer eingelegt. Mit einer Marinade aus Rapsöl, Balsamico, Meerrettich würzen. Zum Schluss etwas Feldsalat unterheben.

Holländischer Matjes ist mild und sollte vor dem Verzehr nicht gewässert werden, um so Teile des Salzes zu entfernen. Dank moderner Kühltechniken wird heute zum Haltbarmachen viel weniger Salz als in früheren Zeiten eingesetzt.

test Januar 2007