



Kochen
mit Globus



Matjes Tatar
mit Apfel, Rote Bete und Wasabi




Zutaten:


4 naturbelassene echte
Matjes-Doppelfilets
1 Knolle Rote Bete
(vakuumverpackt)
1 Apfel (regionale Sorte)
1 kleiner Bund Schnittlauch
30 ml kaltgepresstes Rapsöl
10 ml Apfelessig aus dem
Holzfass


50 g Schmand
5 g Wasabi
Spinat-Salat
Radieschen-Sprossen
reines Meersalz
schwarzer,
geschroteter Pfeffer

Beilage: Baguette,
Pumpernickel oder
dunkles Landbrot

Dazu passt: Bier oder Apfelsaft

 4 Pers.

 30 Min.

 Schwierigkeitsgrad

Schauen Sie das
passende Zubereitungs-
video auf YouTube an!

www.youtube.de/GlobusGermany



Zubereitung:

Matjes abwaschen, Flossenreste entfernen. Matjes, Rote Bete, geschälte Äpfel und Schnittlauch fein schneiden und ggf. würfeln. Mit Öl, Essig, Salz und Pfeffer würzen. Gut mischen. Für 15–20 Minuten marinieren.
Danach den Fond abgießen und mit dem Schmand verrühren.
Wasabi gründlich einarbeiten und Nachwürzen.

Tatar mit Hilfe eines Ringes anrichten und den Salat
rund um das Türmchen anrichten.

Mit der Wasabi-Creme anrichten
und mit den Sprossen dekorieren.

