



**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*

## 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.

 4 Pers.

 30 Min.

 Schwierigkeitsgrad

 Schauen Sie das  
passende Zubereitungs-  
video auf YouTube an!

[www.youtube.de/GlobusGermany](http://www.youtube.de/GlobusGermany)

