



## Heringsstipp

*Für 4 Portionen*

Zutaten:

- 5 Salzheringe
- 400ml Milch
- 100g Mayonnaise
- 1 Gemüsezwiebel
- 2 Gewürzgurken
- 2 säuerliche Äpfel
  - Salz
  - Pfeffer
  - Zucker
- 1 EL Preiselbeerkompott

Zubereitung:

- 1) Die Salzheringe ca. 2 Stunden kalt wässern. Anschließend abspülen, trocken tupfen, häuten und entgräten. Die Filets auslösen und für 2 Stunden in Milch einlegen.
- 2) Die Mayonnaise glatt rühren. Die Zwiebel schälen, fein reiben und unter die Mayonnaise rühren. Die Gurken fein würfeln und ebenfalls unterrühren. Die Äpfel waschen, das Kerngehäuse entfernen, Äpfel klein würfeln und unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker pikant abschmecken.
- 3) Die Heringe auf Küchenkrepp abtropfen lassen und gut trocken tupfen. Anschließend klein schneiden, mit dem Kompott zur Mayonnaise-Mischung geben und untermischen.
- 4) Den Heringsstipp vor dem Servieren mind. 12 Stunden ziehen lassen.

*Zubereitungszeit ca. 25 Minuten (Plus Zeit zum Marinieren und Ziehen), Pro Portion ca. 39 g E, 34 g F,  
16 g KH, 525 kcal/2205 kJ*

Guten Appetit wünscht Ihr Fisch Klaassen Team