

## Matjes Mariniert

### ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ○ ○ ○ ○

Essig, Zucker und ¼ Liter Wasser aufkochen, bis der Zucker gelöst ist, in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen. Matjes waschen, in 3 cm breite Stücke schneiden. Rote und weiße Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Ingwer, Kren und Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Matjes abwechselnd mit Karotten, Zwiebeln, Ingwer, Meerrettich, Lorbeer, Dillzweigen, Senf-, Pfeffer- und Pimentkörnern in ein Glasgefäß mit ca. 3 Liter Inhalt schichten. Mit Essig Sud begießen und mindestens drei Tage im Kühlschrank durchziehen lassen.



### ZUTATEN

8 doppelte Matjesfilets à  
ca. 100 g

600 ml Weißweinessig 200  
g Zucker

150 g rote Zwiebeln 50 g  
frischer Ingwer 40 g Kren

200 g Karotten

4 Lorbeerblätter

1 Bund Dill

4 TL Senfkörner

3 TL weiße Pfefferkörner 3  
TL Pimentkörner