

Aalschnitte mit Matjes

Zutaten (für belegtes Brot) (für 1 Personen):

- 2 Scheiben Schwarz- oder Vollkornbrot
- 60 g gemischter Salat
- einige essbare Blüten
- 1 geräuchertes Aalfilet
- 30 g Salatgurke
- frischer Schnittlauch
- 1 Matjes-Doppelfilet
- 15 g rote Zwiebel

Salat waschen und auf 1 Brotscheibe legen. Die Haut des Aals entfernen und das Filet so zurechtschneiden, dass es gut auf die Schnitte passt. Salatgurke in feine Streifen schneiden und mit ein paar Halmen Schnittlauch und essbaren Blüten auf den Aal legen. Die zweite Scheibe Brot auflegen.

Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Die Aalschnitte auf einen Teller legen, das Matjesfilet daneben platzieren und mit den Zwiebeln garnieren.

Sendung/Quelle: Brot & Stulle

Sendetermin: 17.09.2023

Koch/Köchin: Grit Steußloff

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen