

## Matjes-Sülze mit Kartoffel-Bohnen-Salat

### Für 2 Personen

2-3 Matjes-Doppelfilets	3 Essiggurken	1 Zwiebel
1 Apfel	6 Blatt Gelatine	500 ml Gemüsebrühe
Salz	1 EL Kapern mit Einlegesaft	1 Spritzer Zitronensaft
500 g festk. Kartoffeln	1 kg dicke Bohnen in Schale	50 g Speckwürfel
1 Bund Schnittlauch	2 Stängel Liebstöckel	1/2 Bund glatte Petersilie
ca. 250 ml Fleischbrühe	Pfeffer	

Matjes entgräten. Essiggurken in dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden. Apfel waschen, schälen, das Kerngehäuse entfernen und Apfel in feine Würfel schneiden. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eine Terrinenform (ca. 1 l Inhalt) mit Frischhaltefolie auskleiden. Gemüsebrühe in einem Topf erwärmen, mit Salz, 1 Spritzer Kapernsaft und Zitronensaft abschmecken. Die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der warmen Gemüsebrühe auflösen. Matjes in schöne Stücke schneiden und mit Gurken, Zwiebeln, Apfel und Kapern in die vorbereitete Brühe geben, dann in die Terrinenform schichten, dabei auf ein hübsches Schnittbild achten, soviel Gelierbrühe angießen, dass die Terrinenform vollständig gefüllt ist. Mit Frischhaltefolie abdecken und die Sülze im Kühlschrank fest werden lassen. Kartoffeln waschen, bürsten und in leicht gesalzenem Wasser kochen. Die Bohnenkerne auspülen, dann kurz blanchieren, abschütten und aus der Pelle (Lederhaut) drücken. Speck in einer Pfanne knusprig auslassen. Schnittlauch, Liebstöckel und Petersilie abspülen und fein schneiden. Die gekochten Kartoffel pellen und noch lauwarm in Scheiben schneiden. Bohnenkerne, Speck und die Kräuter zugeben. Fleischbrühe aufkochen und darübergießen. Alles gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die erkaltete Terrine aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden und mit dem Kartoffel-Bohnensalat anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 09. Juli 2014