



## Marinierte Heringe »Mutterns Art«

Geschmack aus der Erinnerung. – Eine Reverenz für den großen profanen Bruder des Matjes: dem Salzhering.

### ZUTATEN:

8	große Salzheringe
150 g	Mayonnaise
150 g	saure Sahne
½ l	Milch
4 – 6	Spreewälder Gewürzgurken
2	Zwiebeln
2	Lauchzwiebeln
1	Apfel
½	Zitrone (unbehandelt)
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Dill
2 EL	Senfkörner
8	Pimentkörner
8	rote Beeren
2	Lorbeerblätter
	Sonnenblumenöl
	Petersilie

**1** Heringe 24 Stunden in reichlich Wasser wässern. Wasser mehrmals wechseln.

**2** Am nächsten Tag Heringe filetieren und Haut abziehen. Gewürzgurken und geschälte Zwiebeln in Scheiben schneiden. Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen, vierteln und in Scheiben schneiden. Zitrone halbieren und in Scheiben schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Dill hacken. Alle Zutaten mit Heringsfilets und den Gewürzen in eine Schüssel schichten. Mit den Gewürzgurken und geschälter Zwiebeln etc. beginnen. Letzte Schicht gleich erster.

**3** Aus Mayonnaise, saurer Sahne und Milch eine Marinade rühren. Mit zwei bis drei Spritzern Zitrone etwas würzen und behutsam salzen. Die Marinade über die Heringe gießen. Mit etwas Sonnenblumenöl beträufeln.

**4** Die Heringe zugedeckt im Kühlschrank 24 Stunden marinieren lassen. Filets mit Soße und heißen Salzkartoffeln, über die man frisch gehackte Petersilie gestreut hat, servieren.