



Lasimestarin silliä – Glasmeisterheringe

Die finnischen süßsauer eingelegten, kräftig gewürzten Heringe haben einen regelrechten Suchtfaktor

4 Personen

ZUTATEN:

6 Salzhering-Filets mit Haut
(ca. 500 g)
(küchenfertig)

MARINADE:

3 – 4 rote Zwiebeln, in Ringe geschnitten
1 Karotte (in feinen Scheiben)
1 EL Meerrettich (frisch geriebenen)
1,5 cm Ingwer (in feinem Scheibchen)
6 Lorbeerblätter
2 EL Senfkörner
1 EL schwarze Pfefferkörner
15 Wacholderbeeren
125 ml Brantweinessig (10%)
100 ml Karottendünstwasser
275 ml Wasser
2 EL Zucker (leicht gehäuft)

1 Die Salzheringsfilets 6 – 8 Stunden in kaltem Wasser wässern. Wasser mehrmals wechseln. Bei mild gesalzenen Heringen auf das Entsalzen völlig verzichten, die Heringe sollen nicht »fad« sein! – Die Karotte putzen und schälen, in Scheiben schneiden und in 100 ml schwach gesalzenem Wasser etwa 2 – 3 Minuten mit noch guten Biss garen. Karottenscheiben durch ein Sieb abgießen, Dünstwasser dabei auffangen. Beides für weitere Verwendung zur Seite stellen.

2 Zucker, Essig, Karottendünstwasser und Wasser aufkochen und abkühlen lassen. Heringsfilets in etwa 2 cm breite Portionsstücke schneiden, mit übrigen Zutaten abwechselnd in eine Schüssel schichten. Den abgekühlten Sud über den Fisch gießen und mindestens 3 Tage, besser noch länger abgedeckt durchziehen lassen. – Die Heringe können dann in ein fest verschließbares Gefäß mehrere Wochen im Kühlschrank aufbewahrt werden.

SERVIEREN: Die gut durchgezogenen Heringshappen pur mit Butterbrot oder als kleine, herzhafte Mahlzeit mit Bratkartoffeln genießen.