

Matjes mit Bohnen und Bratkartoffeln

(von Marga Rathmann)

Zutaten:

3 Matjesfilet oder 2 Doppelmatjes
(Matjes nennt man den noch nicht laichreifen Hering!)

150 g grüne Bohnen
50 g durchwachsener Bauchspeck
Butter
1 Prise Muskatnuss

6 kleine Pellkartoffeln
1 Zwiebel
Bratöl

Zubereitung:

Bohnen in Salzwasser gar kochen, Wasser abgießen, mit zerlassener Butter übergießen und mit Muskatnuss würzen. Bauchspeck in sehr kleine Würfel schneiden, in der Pfanne mit etwas Öl anbraten und unter die Bohnen mischen.

Pellkartoffeln in Scheiben schneiden, mit Öl in der Pfanne braten, salzen, Zwiebel in Würfel geschnitten dazu geben und nach Belieben bräunen.

Matjes auf dem Teller mit rohen Zwiebelringen garnieren, Bohnen und Bratkartoffeln als Beilage dazu geben.