

Vieux Sinzig



Restaurant

Natur erleben & genießen

Kölner Straße 6 · 53489 Sinzig

info@vieux-sinzig.com · www.vieux-sinzig.com

Matjesfilet mit Schilfherzen

Für 4 Personen:

- | | | |
|----------|---|---|
| 500 g | Rote-Bete-Confit:
Rote Bete (Randen), in
gleichmäßig geschnittene
Stifte | – Für das Confit die Rote Bete mit der Zwiebel
im Olivenöl kurz andünsten. Essig, Wasser,
Meersalz und Pfeffer dazugeben. Die Kräuter
mit Küchengarn zusammenbinden und
beifügen. Das Confit etwa 20 Minuten
zugedeckt kochen. Abkühlen lassen, das
Kräuterbündel entfernen, abschmecken. |
| 1 kleine | Zwiebel, fein gewürfelt | |
| 100 ml | Olivenöl | – Das Confit in die Mitte der Teller geben.
Jeweils ein Matjesfilet daraufsetzen. Die
Schilfscheiben dazulegen und mit Meersalz
bestreuen. Mit einem Zweig
Weinbergschnittlauchsamens sowie frischem
Weinbergschnittlauch garnieren. |
| 4 EL | Weinessig | |
| 4 EL | Wasser | |
| 1 TL | Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
insgesamt 1 handvoll Dost,
Gundermann, Wasserminze
und Wasserpfeffer | |
| 4 | Matjesfilets | |
| 200 g | Schilfherzen (zarter innerer
Teil), in 1/2 cm dicke Scheiben
geschnitten
Meersalz | |
| 4 TL | Wildzwiebelpferlen | |
| 4 Halme | Weinbergschnittlauch,
getrocknet mit Samenstand | |
| 1 Bund | Frischer Weinbergschnittlauch | |