



## Delikater Heringssalat in Gurken-Dill-Dressing

### Zutaten für vier Personen

6 Bismarkheringe oder Matjes-Doppelfilet  
1 Schlangengurke  
4 abgezogene Tomaten  
4 Zweige Dill  
2 Äpfel (in Scheibchen geschnitten)  
2 EL grob zerkleinerte Kapern  
2 Zwiebeln für Ringe (blau)

### Für das Dressing:

2 Eigelbe  
2 TL mittelscharfer Senf  
50 ml Olivenöl  
1 Becher (125 g) Naturjoghurt 1,5 %  
Saft von einer Zitrone  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung (circa 30 Minuten)

Bismarkheringsfilets häuten, in Stücke zerteilen. Gurke waschen, halbieren, in Scheibchen schneiden. Tomaten entkernen, in Filets zerteilen, Dill fein schneiden.

Für das Dressing Eigelbe und Senf mit dem Rührgerät verquirlen und nach und nach Öl zugeben, bis es eine leicht cremige Konsistenz erreicht hat. Naturjoghurt nach und nach zugeben, erneut gut verrühren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten, Apfelscheibchen, Kapern, Dill und Gurke zugeben, gut vermengen und dann die Fischstücke unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Salatbett nach Wahl anrichten und mit Zwiebelringen ausgarnieren. Dazu passen sehr gut neue Kartoffeln.