



Heringsalat im Glas mit selbstgemachter Mayonnaise

Kreation Food-Buddy's



Zutaten pro Person

- 1 filetierter Hering
- ½ Zwiebel in Würfel geschnitten
- eine Handvoll grünen Salat (Nüssli/Vogel oder kleine Blätter vom Kopfsalat)
- ½ Apfel in kleine Würfel geschnitten
- 3-4 EL gewürfelte gekochte rote Beete (Randen)
- 1 EL gehackter Schnittlauch
- 1 EL gehackter Dill

Den Hering säubern, und in Würfel oder Streifen schneiden. Die Salatblätter im Glas oder Teller anrichten, die Randen- und Apfelwürfel darüber verteilen und den Hering dazu geben.

Danach die Mayonnaise dazugeben. Und fertig ist ein leichter und schmackhafter Salat, der auch als Vorspeise verwendet werden kann.

Selbstgemachte Mayonnaise

- zwei Eigelb
- ca. 1dl Rapsöl
- TL Pfeffer
- Prise Salz
- EL Zitronensaft
- 1TL Senf
- Nach Wunsch etwas Essig dazugeben.

Alles bis auf das Öl in eine kleine Schüssel geben und mit dem Schwingbesen durchrühren. Danach langsam das Öl in die Masse einlaufen lassen. Nicht vergessen immer weiter Schlagen mit dem Schwingbesen, bis eine Masse entsteht die nicht zu dünn sein darf. Danach abschmecken, zB. mit Kräutern oder Gewürzen wie es einem beliebt ist. Die Mayonnaise ist im Kühlschrank abgedeckt bis zu 5 Tagen haltbar.