



traditionell & modern

Matjes mit Speckstippe und Bratkartoffeln

Zutaten

- 2 Matjes-Doppelfilets
- 400 g grüne Bohnen, geputzt
- 440 g Kartoffeln
- 4 Zwiebeln, gehackt
- 80 g Speck, durchwachsen und gewürfelt
- Butter
- Bohnenkraut
- Öl

Zubereitung

Festkochende Kartoffeln am Vortag mit Schale nicht zu weich kochen. Mit kaltem Wasser abschrecken und die Schale herunterpellen.

Die kalten Kartoffeln in gleichmäßige große Scheiben oder Würfel schneiden.

In einer großen Pfanne (Teflon oder eine, die nicht gleich wieder klebt) einfaches Pflanzenöl heiß werden lassen und den gewürfelten Speck anbraten.

Jetzt die Kartoffeln zugeben und langsam vor sich hin brutzeln lassen.

Nachdem die Kartoffeln langsam Farbe genommen haben, die gewürfelten Zwiebeln zugeben. Mittelbraun werden lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nebenher die Bohnen in kochendem Wasser mit etwas Bohnenkraut garen. Anschließend in Butter schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Matjes mit den Bohnen anrichten und die Bratkartoffeln extra reichen.

Die Zubereitungszeit beträgt circa 30 Minuten.

Wer es nicht gern zu salzig mag, sollte die Matjesfilets eventuell in eine Schüssel mit kaltem Wasser legen und je nach Salzgehalt 30 bis 45 Minuten wässern. Danach die Filets mit Küchenkrepp gut trocken tupfen. Das mildert den Geschmack. Dazu schmeckt ein gut gekühltes Glas Bier.

Guten Appetit!