

# Roter Hering

Rote Bete · Grüner Apfel · Dill ·  
Rosmarin-Knäckebrot



## Küsten Cuisine

Ideen & Inspirationen von Jürgen Kettner

À-la-carte | wenige Handgriffe | hohe Tellerwertigkeit

### Zutaten für 4 Portionen

Wareneinsatz ca. 2,29 € p.P.

- 250 g **Küstensalate**  
**Roter Heringssalat**
- 2 kleine rote Beten (gekocht)  
1 grüner Apfel (Granny Smith)  
2 Schalotten  
1 Bund Dill  
1 EL schwarzer Sesam  
1 EL gereifter Balsamico-Essig  
1 TL Honig  
2 EL Distelöl  
1 EL Leinöl  
1 TL Himbeeressig  
8 Rosmarin-Knäckebrote  
Stärke  
Pflanzenöl zum Ausbacken  
essbare Blüten zum Garnieren

¾ des Apfels in feine Stifte schneiden. Mit Distel-, Leinöl sowie Himbeeressig marinieren.

Bete und restlichen Apfel in kleine Würfel schneiden. Küstensalat damit verfeinern. Sesam, Balsamico, Honig und gehackten Dill unterheben.

Schalotten in feine Segmente schneiden, leicht mit Stärke bestäuben und sanft goldbraun in Pflanzenöl ausbacken.

Knäckebrot in feine Rechtecke schneiden und abwechselnd mit Küstensalat schichten, sodass ein feines Mille-Feuille entsteht.

Mit Apfelstiften, knusprigen Schalotten, Dill und Blüten garnieren.

Nach Belieben mit etwas Kürbiskernöl vollenden.

optional Kürbiskernöl



Ein Gericht mit Charakter: cremiger Roter Heringssalat mit süßlich-erdiger rote Bete, frischem grünen Apfel, viel Dill und knusprigem Rosmarin-Knäckebrot als feines Mille-Feuille.

*Küss die Hand!*