



verantwortungsvoller
Fischgenuss



Informationen zur Transparenten Fischerei unter
www.fjordkrone.de

Rezept des Monats

Kartoffel Wirsing Auflauf mit Heringsfilets in Tomatensauce

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Fjordkrone Premium Heringsfilets in
Tomatencocktail-Creme (2 Dosen)
600 g Kartoffeln
2 Zwiebeln
1 Wirsing
200 g Speckwürfel
250 g Landfein Saure Sahne
100 g geriebener Käse
Landfein Butter für die Auflaufform
Salz und Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Den Ofen auf 180°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und grob würfeln. Die äußeren Blätter vom Wirsing entfernen und den Wirsing in Streifen schneiden. Die Wirsingstreifen in einem großen Topf mit kochendem Wasser kurz blanchieren. Abgießen und kalt abschrecken. Beiseitestellen.

Die Speckwürfel in einer großen Pfanne ohne Fett anbraten. Die Kartoffeln und die Zwiebeln dazugeben und mit anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine große Auflaufform buttern und die Kartoffelmischung hineingeben. Den Wirsing darauf verteilen, dann die saure Sahne darüber geben und zum Schluss die Heringsfilets in Tomatensoße in die Form legen.

Mit dem geriebenen Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten überbacken. Vorsichtig aus dem Ofen nehmen, ein paar Minuten ruhen lassen und servieren.

Guten Appetit!

Eine leckere Rezeptidee von **NORMA**