

# Hausgemachter Makrelensalat

Zubereitungszeit: 30 Minuten

4 Personen



Foto: Aarstiderne

## **Zutaten:**

2 Frische Makrelen

5 Lorbeerblätter

3 Teelöffel Salz

1 Esslöffel Essig

200 ml Tomatenketchup

200 ml Crème Fraiche

Die ausgenommenen Makrelen in 1 Liter Wasser mit Salz, Lorbeerblättern und Essig, ca. 20 Minuten kochen. Häuten und Gräten entfernen und das Filet in mundgerechte Stücke zerteilen.

Für das Dressing Ketchup und Creme Fraiche miteinander verrühren. Es sollte eine cremige, eher mayonnaiseartige, Konsistenz aufweisen.

Das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken und unter den Fisch rühren. Im Kühlschrank etwas durchziehen lassen.

Sehr lecker ist dieser Salat zu frischem Schwarzbrot oder geröstetem Weißbrot.