

Rollmops

Ihr habt meine Tipps zum Heringsangeln gelesen, seid erfolgreich gewesen und wollt Euch nun für ein Abendessen selbst Rollmöpse zubereiten? Kein Problem! Allerdings braucht Ihr hierfür eine Woche Geduld. Denn die Fischlein müssen recht lange ziehen, bis sie die gewünschte Konsistenz und Geschmack erreicht haben.



Zutaten für 4 Personen:

1kg küchenfertig zubereitete grüne Heringe
750ml Kräuteressig
1,5 l Wasser (in 2 Tranchen)
100 gr. Salz
150 gr. Zucker
2 EL Senfkörner
8 Lorbeerblätter
Pfefferkörner
2-3 Zwiebel
1 Glas Gewürzgurkensticks in Stücke geschnitten

1. 50gr. Salz in 500ml Kräuteressig und 500ml Wasser auflösen und zu einem kalten Sud ansetzen
2. Die Heringe in eine kühlschrankgeeignete Dose legen, mit dem Sud übergießen und 3 Tage lang im Kühlschrank durchziehen lassen. Die Bauchlappen der Heringe werden im Laufe der Zeit hell, was das Zeichen dafür ist, dass sie "gereift" sind
3. Die Heringe unten längs einschneiden, aufklappen und die Mittelgräte aus den Fischen entfernen (geht nach 3 Tagen sehr leicht) . Die erste Lake wegschütten
4. Aus 30gr. Salz, 100ml Kräuteressig, 1l Wasser, 150gr. Zucker und den Gewürzkörnern einen neuen Sud aufsetzen. Die Zutaten vermischen, einmal aufkochen und dann erkalten lassen
5. Die aufgeklappten Fische mit Zwiebel und Gurke belegen und aufrollen. Die Röllchen mit einem Zahnstocher fixieren
6. Die Rollmöpse in die kalte Lake legen, dass sie gut bedeckt sind und ca. 4 Tage ziehen lassen. Restliche Zwiebel- und Gurkenstücke können mit in den Sud gegeben werden.

Am besten schmecken sie als Fischbrötchen (mit Salatblatt und leichter Mayonnaise) oder aber auch einfach so vom Zahnstocher als "Fischsnack".