

**Sören Anders**

**Freitag, 24. Februar 2017**

**Heringssalat mit Roter Bete**

**Rezept für 4 Personen**

**Zutaten**

6 Bismarckheringe  
1 großer Apfel  
200 g Rote Beete, gekocht  
2 große Gewürzgurke  
2 rote Zwiebel  
50 g Mayonnaise  
50 g Naturjoghurt  
30 g Crème fraiche  
etwas Zucker  
etwas Pfeffer

**Zubereitung**

1. Heringe, Apfel, Rote Beete, Gurke und Zwiebel gleichmäßig würfeln.
  2. Mayonnaise mit Joghurt, Crème fraiche, einer Prise Zucker und Pfeffer glatt rühren. Die Zutaten damit vermengen und 1 Stunde ziehen lassen. Dann nochmals abschmecken und genießen!
- Dazu passt gut Pumpernickel mit Butter.