



Heringk s mit Knäckebrot

Alles selbstgemacht

Anleitung

Zubereitung Heringk s

Die Haut vom Salzhering lösen und sehr klein schneiden. Fisch, Butter und Topfen gut miteinander abr hren. Dann noch Zwiebel und Apfel hinzufügen und flaumig schlagen. Gut durchziehen lassen.

Zubereitung Knäckebrot

Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander vermengen und rund 10 Minuten rasten lassen (sollte eine dickflüssige, breiige Konsistenz haben). Den Teig auf einem Backblech möglichst dünn ausrollen (Achtung: zweites Backpapier verwenden) und in mundgerechte St cke schneiden. Bei rund 150 Grad eine Dreiviertelstunde backen.

Benötigte Zutaten

Heringk s

250 g **Premium Topfen**

1/8 kg **Premium Teebutter**

1 Zwiebel fein gehackt

1/2 Apfel (geschält)

1 Salzhering



Ein Rezept vom
ORF Fernsehgarten



Knäckebrot

100	Roggenmehl
4 EL	Leinsamen
2 EL	Sesam
2 EL	Sonnenblumenkerne
3 EL	Olivenöl
1 TL	Salz
1/2 TL	Paprikapulver
2 TL	Schwarzkümmel
150 ml	Wasser (kochend)