

# Eingelegte Bratheringe, hausgemacht mit Speck-Zwiebelbratkartoffeln

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Traditionell, hausgemacht, in ganz Norddeutschland geliebt und geschätzt

## Zutaten

- 8 Stück grüne Ostseeheringe, ausgenommen
- Saft von 1 Zitrone
- 10 El Pflanzenöl zum Braten
- Mehl zum wälzen
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Lake:
- Reichlich Gemüsezwiebeln, in halben, dünnen Scheiben (3 Stück)
- 1/2 l Weißweinessig
- 1/2 l Gemüsebrühe
- 1 guter El Zucker
- 1 EL Senfkörner
- 1 TL Koriandersamen
- 1 EL schwarze Pfefferkörner
- 4-5 Lorbeerblätter
- 1 Bund Petersilie oder Schnittlauch, gehackt

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die ausgenommenen Heringe unter fließendem Wasser auswaschen und wieder trocken tupfen.

### Schritt2

Mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und in Mehl wenden, etwas abklopfen.

### **Schritt3**

In reichlich Pflanzenöl von jeder Seite 3-4 min. knusprig braten, braune Farbe nehmen lassen.

### **Schritt4**

In eine ausreichend große Steingut-oder Auflaufform mit Deckel geben, übereinander schichten.

### **Schritt5**

Zeitgleich die Gemüsebrühe mit dem Essig, den Zwiebeln und den o.g. Gewürzen kurz aufkochen, kräftig, fast etwas überwürzt abschmecken;

### **Schritt6**

heiß über die Heringe geben, bedecken.

### **Schritt7**

### **Schritt8**

Etwas auskühlen lassen und abgedeckt 1-4 Tage in den Kühlschrank stellen.

### **Schritt9**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt10**

Jeweils 2 Heringe p.P. aus dem Sud nehmen, ablaufen lassen und reichlich mit den Zwiebeln belegen, mit Petersilie oder Schnittlauch bestreuen.

### **Schritt11**

Dazu traditionell knusprige Speck-Bratkartoffeln reichen.

**Rezeptart:** Hamburgisch **Tags:** Hauptgericht, hausgemacht, preiswert, traditionell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/eingelegte-bratheringe-hausgemacht-mit-speck-zwiebelbratkartoffeln/>