Marinierter Hering mit Pellkartoffeln und frisch gekochtem Kakao

Zutaten für 3 Portionen (2 Filets je Person)
Marinierter Hering
500 g Salzheringsfilets ohne Haut (ca. 7 Filets)
3 Zwiebeln
1 kleiner, süßer Apfel
3 Gewürzgurken
2-3 Mini-Rispentomaten
½ l Buttermilch

Beilage: 750 g kleinere Kartoffeln (vorwiegend festkochend)

Heißer Kakao: 800 ml Vollmilch, 6 TL (gehäuft) Backkakao, ¼ TL Speisestärke (Weizenin oder Maizena), 1 Prise Salz, 5 EL Zucker

Zubereitung

Tag 1: Salzheringe wässern

Lake der Salzheringe abgießen und die Filets in viel Wasser in einem Nichtmetallbehälter für 12 bis 18 Stunden im Kühlschrank wässern. Nach dem Wässern kosten, ob sie essbar sind. Wenn nicht, noch weiter wässern. Etwas zu salzig müssen sie sein. Das würzt später die Marinade.

Tag 2: Heringe marinieren

Salzheringe abgießen und in eine Nichtmetallschüssel geben.

Zwiebeln in dünne Halbringe, Apfel in kleine Würfel, Gewürzgurken in 5-mm-Halbscheiben und Tomaten in kleine Stückchen schneiden und zu den Heringen geben. Buttermilch darüber gießen und alles gut mischen. Abgedeckt (wiederum ohne Metall) im Kühlschrank 2 Tage (oder länger) marinieren lassen.

Ab und zu vorsichtig durchmischen.

Tag 4: Hering abschmecken, Kartoffeln und Kakao kochen, essen

Marinierten Hering einige Stunden vor dem Essen aus dem Kühlschrank holen, Zimmertemperatur annehmen lassen, mit Salz abschmecken (falls nötig) und in eine Servierschüssel umfüllen.

Kartoffeln waschen, kochen, abschrecken, abdampfen lassen.

In einem hohen Topf in die kalte Milch das Kakaopulver, die Speisestärke sowie Salz und Zucker einquirlen. Langsam unter gelegentlichem Rühren erhitzen und kurz aufkochen lassen, damit die Stärke bindet. Falls der Kakao zu dickflüssig wird, mit etwas Milch verdünnen. Mit Zucker abschmecken. Beachten, dass der Kakao dicker wird, wenn er auskühlt.

Tipp
Wer es einen Hauch säuerlicher haben will, fügt der Marinade noch 3 EL Tafel- oder Weinbrandessig (5%-ig) und 3 EL Sonnenblumenöl hinzu.