

Hering in Senfkruste	
Rezept für	2 Personen
Zeitaufwand	ca. 30 Minuten
Zutaten	Und so wird's gemacht
8 grüne Heringe 1 Zitrone frische Kräuter glatte Petersilie Schnittlauch Basilikum Majoran Dill oder Ersatzweise 2 Päckchen Kräutermischung (aus der Tiefkühlung) 2 Knoblauchzehen feines Paniermehl mittelscharfen Senf Butter 100 g geriebener Emmentaler	<p>Die Heringe gründlich säubern und mit dem Saft einer Zitrone innen und außen einreiben. Fünf Minuten ziehen lassen und anschließend salzen.</p> <p>Die Fische mit den Kräutern füllen, außen mit dem Senf bestreichen und in dem Paniermehl wenden.</p> <p>Die vorbereiteten Heringe mit dem Bauch nach unten in eine passende Auflaufform setzen und Butterflöckchen aufsetzen.</p> <p>In dem auf 250 Grad C vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene 15 Minuten backen, kurz entnehmen und den geriebenen Käse über die Heringe streuen. Solange weiterbacken bis der Käse zu verlaufen beginnt.</p> <p>Dazu ein frischer Salat, ein kräftiges Bauernbrot und ein kühles Bier.</p> <p>Einfach lecker.</p>