



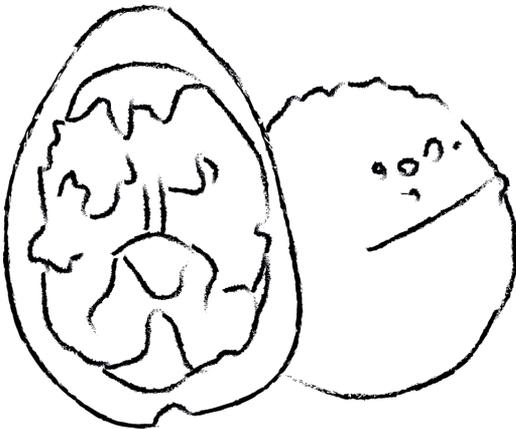
WALDORFSALAT

4 Personen
200 g Mayonnaise
500 g Äpfel
500 g Sellerieknolle
200 g Walnusskerne
etwas Salz
Ananas aus der Dose
und der Saft

① Sellerie schälen, roh kleinreiben. Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien, ebenfalls reiben. Geriebene Äpfel und Sellerie kommen in die bereits vorbereitete Sosse. Nüsse abziehen und feinhacken, Ananas in Stücke schneiden. Alles mischen.

② Für die Sosse Mayonnaise mit Ananassaft und etwas Salz verrühren und abschmecken.

③ Salat vor dem Servieren mindestens eine Stunde ziehen lassen.



Minor: «Aus dem New Yorker Hotel Waldorf Astoria: Mayonnaise und eine Sellerieknolle reiben, Walnüsse dazutun, Ananas aus der Dose hinzugeben und dann mit dem Saft der Ananas ziehen lassen. Na, läuft euch das Wasser schon im Mund zusammen?»

ZWIEBELKUCHEN

4-6 Personen

150 g Quark

6 EL Milch

6 EL Öl

360 g Mehl

1 Pk Backpulver

Salz

1 kg Zwiebeln

Guss

3 Eier

1 TL Kümmel

2 EL Mehl

$\frac{1}{8}$ l Süsse Sahne

① Quark, Milch, Öl, Mehl, Backpulver und Salz in einer Schüssel gut vermischen. Die Teigmasse in einer Kuchenform verteilen.

② Zwiebeln schneiden und in Öl goldgelb schwitzen, Kümmel und Salz dazu. Auf den vorbereiteten Teig verteilen.

③ Eier, süsse Sahne, etwas Mehl verquirlt über die Zwiebeln geben. Bei 180°C im Ofen ca. 30 Minuten backen.

Minor: «Das Zwiebelkuchenrezept ist furchtbar einfach; nur etwas anstrengend für die Augen, wenn man die Zwiebeln schneidet.»

Stoll: «Ich bin ein Zwiebelesser!»

Minor: «Ich hab früher 'ne Taucherbrille für Kinder gehabt, denn es ist doch furchtbar, da heult man ja, wenn man ein Kilo Zwiebeln schneiden muss.»



Irmela Minor

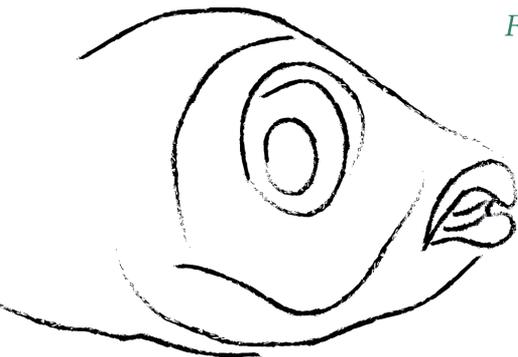
GRÜNER HERINGSALAT

- 4 Personen**
- 4 grüne Heringe
 - 1 Zwiebel
 - 1 säuerlicher Apfel
 - 4 saure Gurken
 - 1 EL Senf
 - 2 EL Mayonnaise
 - Pfeffer
- ① Heringe filetieren, ausnehmen und ohne Kopf und Schwanz in kleine Würfel schneiden, ebenso die Zwiebel, den geschälten Apfel sowie die sauren Gurken.
 - ② Alles mit Senf und Mayonnaise vermischen und mit Pfeffer würzen. Gut durchziehen lassen.
 - ③ Mit frischem Brot servieren.

Schlageter: «Es isch alles gässe worde, was ufe Tisch cho isch, hejo!»

Minor: «Ich esse schon seit über 30 Jahren kein Fleisch.»

Minor: «Ich habe mich heute auf die Fische vorbereitet, da ich ja selber eine Kieler Sprotte bin, gell. Die grünen Heringe gibt es hier leider nicht, nur gebraten, wunderbar. Der Matjeshering, das ist ein roher Fisch, den essen die Holländer. Die geräucherte Makrele, auf dem Brot zum Beispiel im Winter, die ist ja sehr fett. Der Lachs, das ist auch ein schöner Fetter, auf der Haut gebraten. Der Stremellachs, ein kaltgeräucherter Lachs, ausgezeichnet! Mindestens dreimal die Woche esse ich halt Fisch, da ich kein Fleisch esse.»



Irmela Minor