

01/2005

matjes

INFORMATIONEN RUND UM HOLLÄNDISCHEN MATJES


NEWS

AUS HOLLAND

www.matjes.nl

Matjes – der kulinarische
Alleskönner



MATJESNATUR



HERING, SALZ UND FISCHGEIGENE ENZYME:

Naturprodukt Matjes

REPORTAGE



Was macht einen guten Matjes aus? Der richtige Fangzeitpunkt und die spezielle natürliche Reifung – ohne sie wird kein Hering zum edlen Matjes. Nur Hering, der von Ende Mai bis Anfang Juli gefangen wird, kann zum original holländischen Matjes werden. Das nach den kargen Wintermonaten wieder reichlich vorhandene Plankton lässt die Heringe rasch zulegen: bis zu einem Prozent Fett pro Tag. Daher hat der original holländische Matjes einen Fettgehalt zwischen 15 und 20 Prozent, der ihm seinen typischen sahnig-buttrigen Geschmack verleiht. Durch den hohen Fettgehalt ist der Matjes sehr gesund: Als Seefisch aus den kalten Gewässern vor Norwegen und Dänemark enthält er wertvolle Omega-3-Fettsäuren, die helfen, Herz und Gefäße gesund zu erhalten.

Natürliche Reifung

Doch ein fetter Hering ist noch kein Matjes. Dazu wird er erst durch die richtige Verarbeitung. Sie beginnt schon beim Ausnehmen: Laut Überlieferung hat 1395 erstmals Wilhelm Beukezoon aus Biervliet Heringe gekehlt, das heißt durch einen schnellen Schnitt von Kiemenbogen zu Kiemenbogen ausgenommen. Damals wie heute bleibt dabei die Bauchspeicheldrüse im Fisch zurück. Ihre Enzyme und eine geringe Salzzugabe lassen den Hering zum Matjes reifen. Nur Hering, fischeigene Enzyme, etwas Salz und Wasser kommen in die Reifebehälter

– sonst nichts. Echter holländischer Matjes ist also ein reines Naturprodukt. Der erste Matjes aus dem diesjährigen Fang wird am 1. Juni auf dem Bremer Domshof mit einem Fest begrüßt.

Matjes ist kein Salzhering

Mit Salzhering ist der Matjes nicht zu vergleichen, denn sein Salzgehalt ist deutlich geringer. Seit den 60er Jahren wird Matjes durch die so genannte Leichtsalzung hergestellt. Seine Filets enthalten daher nur zwei bis vier Prozent Salz. Wässern würde nur dem zarten Aroma der feinen marzipanfarbenen Doppelfilets schaden. ■



MATJESFEINSCHMECKER

SPITZENKOCH MARTIN LIEFEITH:

Verwandlungskünstler Matjes



Ein echter Matjesliebhaber – Spitzenkoch Martin Liefeith

Der erste Matjes der Saison schmeckt am besten pur. Doch für den Rest des Jahres haben die feinen Doppelfilets noch mehr zu bieten: „Matjes passt zu jeder Küche – zu asiatischem Sushi ebenso wie zur französischen Küche. Er kann mit fast allen Geschmacksrichtungen kombiniert werden“, erläutert Martin Liefeith, der mit 14 Punkten im Gault Millau ausgezeichnete Chefkoch des Lindner Grand Hotel Beau Rivage in Interlaken. Freunde der asiatischen Küche genießen Matjesfilets in einer Marinade aus Ananas, Ingwer, Curry und Pinienkernen. Wer es weniger exotisch mag, verpackt die Filets im Bratpfel mit Linsen-Vinaigrette. Einen Hauch mediterrane Leichtigkeit erhält der Fisch durch Liefeiths geräuchertes Tomatenchutney – mit kurz gebratenem Matjes genau das Richtige für einen lauen Sommerabend. ■



> TOP-REZEPT-TIPP VON MARTIN LIEFEITH

GEBRATENER MATJES MIT GERÄUCHERTEM TOMATENCHUTNEY UNTER WWW.MATJES.NL



GESUNDHEIT AUS DEM MEER:

Matjes – eine Prise Jod für Genießer

Jodmangel ist in Deutschland weit verbreitet. Obwohl in Haushalten und in der Gastronomie vermehrt Jodsalz zur Zubereitung von Speisen verwendet wird, nehmen die Bundesbürger im Durchschnitt 30 bis 40 Prozent weniger Jod auf als die Deutsche Gesellschaft für Ernährung DGE e.V. empfiehlt. Jodmangel wirkt sich auf den ganzen Körper aus, denn das Spurenelement wird zur Bildung der Schilddrüsenhormone benötigt. Sie beeinflussen den gesamten

Stoffwechsel, Herzrhythmus und Blutdruck sowie das Wachstum und die Gehirnentwicklung. Matjes enthält beispielsweise 56 Mikrogramm Jod pro 100 Gramm. „Mit einer Portion Matjes pro Woche und vielleicht noch einem anderen Seefisch wie Scholle, zubereitet mit jodiertem Salz, ließe sich die Versorgungslücke in Deutschland leicht schließen“, empfiehlt Schröder. ■



Ernährungswissenschaftlerin Dr. Eva-Maria Schröder empfiehlt Seefische wie Matjes zur Verbesserung der Jodversorgung

SURFTIPP



Mit einem Klick zum Matjesfang



Das Gewinde surrt. Langsam holt es das Fangnetz ein, das aber tausende silbrig glänzende Matjesheringe an Deck des Fangschiffes auf der Nordsee zieht. Bis die Fische als delikate Happen den Gaumen von Feinschmeckern verwöhnen, ist noch einiges zu tun.

Den Weg vom frisch gefangenen Hering bis zum exklusiven Matjesgericht zeigt die Kurzreportage „Von der Nordsee auf den Gourmeteller“ auf der Homepage des Niederländischen Fischbüros unter www.matjes.nl. Mit einem Klick auf den Bereich

„Presse“ können sich alle Interessierten auf die Spuren der Matjes-Verarbeitung begeben – vom Fangschiff über den professionellen Verarbeiter bis zur Arbeitsplatte eines Küchenchefs. Trendkoch Martin Liefieith stellt seine leckersten Matjes-Menüs inklusive passender Weinempfehlung vor. Ausführliche Rezepte stehen auf der Webseite zum Download bereit; unter anderem für kurz gegrillten Matjes auf geräuchertem Tomatenchutney oder grüne Gazpacho mit Matjestatar und Bärlauchvinaigrette.

Übrigens: Das „Surfgebiet“ für holländischen Matjes wird erweitert. Zusätzlich zur bekannten niederländischen Domain können Interessierte bald auch unter www.matjes.de alles Wissenswerte rund um den „Hollandse Nieuwe“ abrufen. Die zusätzliche Seite wird demnächst frei geschaltet. ■

HABEN SIE FRAGEN?



Holländisches Fischbüro  in Deutschland

Ihre Ansprechpartner:

Holländisches Fischbüro Deutschland
Daniela Seidl
Solinger Straße 13
45481 Mülheim an der Ruhr

Nederlands Visbureau
Postfach 72
2280 AB Rijswijk
Niederlande

Tel.: 0208 4696-0
Fax: 0208 4696-236

Tel.: 0031 70 336-9649
Fax: 0031 70 395-2950

www.matjes.nl
in Kürze www.matjes.de