



TERMINTIPP



# Ein guter Fang dank Plankton



Auf dem Domshof angekommen:  
Die Mitglieder der Matjesgilde



Geprüft und für gut befunden:  
Der Matjesjahrgang 2005

Am 1. Juni um elf Uhr war es auf dem Bremer Domshof soweit: Der Matjesherrmann bescheinigte dem holländischen Matjes 2005 eine sehr gute Qualität. Dazu hatte er beim 23. Auftakt der Tour de Matjes auch allen Grund. „Es ist mehr gesundes Fett im Fisch als in den Vorjahren“, bestätigt Mike van Wijnen, Exportchef bei Ouwehand, dem wichtigsten Matjes-Lieferanten für Deutschland, den ersten Eindruck. „Wegen des milden Frühjahrs hat er genügend Plankton füttern können“, erklärt van Wijnen den „herrlichen Geschmack“.

Bevor Matjesherrmann in Aktion treten konnte, legten die Fässer noch einige Kilometer vom Anleger Vegesack in Bremerhafen zum Martinianleger an der Schlachte in Bremen die Weser abwärts zurück. Dort wurde die leckere Ladung gelöscht und von den

Mitgliedern der Matjesgilde durch die Böttcherstraße zum Domshof gerollt.

Nach der öffentlichen Prüfung war der Weg frei für die Fischspezialität. Und so konnte der Präsident der Bremer Bürgerschaft sie erneut den Landesvorständen des deutschen Fischhandels übergeben. Das erste Fass wurde traditionell für einen guten Zweck versteigert. Der Erlös 2005 ging an die evangelischen Kindertagesstätten der Hansestadt.

Auch am 1. Juni 2006 können Feinschmecker wieder dabei sein, wenn die ersten der jährlich gut 100 Millionen Matjes-Filets für Deutschland in Bremen angelandet werden und die Tour de Matjes durch viele deutsche Städte beginnt. ■

## HABEN SIE FRAGEN?

Holländisches Fischbüro  in Deutschland

Ihre Ansprechpartner:

Holländisches Fischbüro in Deutschland  
Daniela Seidl/Christopher Schrecke  
Solinger Straße 13  
45481 Mülheim an der Ruhr

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

Nederlands Visbureau  
Postfach 72  
2280 AB Rijswijk  
Niederlande

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

www.matjes.de  
www.matjes.nl

## Matjes – die ganzjährige Delikatesse



## MATJESNATUR



LECKERER MATJES SCHMECKT NICHT NUR SECHS WOCHEN LANG

## Ganzjährige Frostf(r)ische

REPORTAGE

Früher war Matjes ein reines Saisonprodukt und musste wegen seiner schonenden Konservierung bereits kurz nach dem Fang verspeist werden. Mittlerweile genießen Kenner den „Hollandse Nieuwe“ zu jeder Zeit des Jahres in höchster Qualität. Möglich wurde das durch ein Verfahren, das eigentlich ein anderes Problem lösen sollte – den Nematodenbefall. Um die kleinen Fadenwürmer abzutöten, die sich im Fisch einnisten können, muss Matjes in den Niederlanden seit den siebziger Jahren vor dem Verkauf auf -45 Grad Celsius tiefgekühlt werden. Dadurch ist der Matjes länger haltbar und kann über weite Strecken transportiert werden. Erfreulicher Nebeneffekt: Die Reifung wird unterbrochen. Nach dem Auftauen reift der Matjes weiter – ohne an Qualität eingebüßt zu haben.

**Aus Hering wird Matjes**

Bevor der Matjes kaltgestellt werden kann, wird er einer speziellen Behandlung unterzogen. Nachdem ihn die Fischer aus dem Meer gezogen haben, wird sofort gekehlt, also von Kieme zu Kieme aufgeschnitten und alle Organe bis auf die Bauchspeicheldrüse entfernt. Flugs wandert er in eine milde Salzlake und wird hier zum Matjes: Durch die Enzyme der Bauchspeicheldrüse beginnt der Fisch im salzhaltigen Wasser zu reifen. Dieser Prozess läuft von Fisch zu Fisch unterschiedlich schnell ab, da beim Naturprodukt Matjes kein Tier dem anderen gleicht. Bereits reife Exemplare werden noch an Bord gefrostet. Zurück an Land werden Kopf, Mittelgräte und Bauchspeicheldrüse entfernt. Nun sind die Filets entstanden, die Kenner so schätzen.

**Die Elite der Heringe**

Nur Heringe mit einem Fettgehalt von mindestens 16 Prozent, die noch keine Milch oder Roggen gebildet haben, werden zu echtem holländischen Matjes verarbeitet. Einen so hohen Fettgehalt haben die Fische nur von Mitte Mai bis Ende Juni – danach zehren sie ihr Fett bei der Fortpflanzung und im nahrungsarmen Winter auf. In nur sechs Wochen fangen die Fischer den gesamten Jahresbedarf. Die Matjeshändler legen während der kurzen Saison für das ganze Jahr Vorräte auf Eis, die nur darauf warten, gegessen zu werden. ■

## MATJESFEINSCHMECKER

SPITZENKOCH MARTIN LIEFEITH:

## „Matjes hat immer Saison“



Schätzt den Matjes wegen seiner Vielfältigkeit: Spitzenkoch Martin Liefeth

„Matjes ist so vielfältig, dass er sich mit vielen saisonalen Zutaten kombinieren lässt – ohne Probleme auch im Herbst oder Winter“, so Martin Liefeth, Küchenchef des exklusiven Lindner Grand Hotels Beau Rivage in Interlaken. Ein gutes Beispiel dafür ist Liefeths Zitronengras-Gelee mit Matjes und Herbstapfel.

**Zitronengras-Gelee mit Matjes und Herbstapfel**

Zutaten für vier Personen:

2 Stangen Zitronengras, 300 ml Gemüsefond, 100 g Matjes, 1 Apfel, 10 g Schnittlauch, 3 Blatt Gelatine.

Zubereitung:

Das Zitronengras in feine Scheiben schneiden. Im Gemüsefond kurz aufkochen und 1/2 Stunde ziehen lassen. Dann durch ein feines Sieb passieren. Den Apfel schälen, entkernen und klein schneiden. Mit dem zerkleinerten Matjes und dem fein geschnittenen Schnittlauch in einer Schüssel mischen. Auf 4 Esspressotassen verteilen.



Den Fond kurz erwärmen und die eingeweichte, ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Den Fond in die 4 Tassen gießen und 2 Stunden auskühlen lassen. Zum Stürzen die Tassen kurz in heißes Wasser halten. So löst sich das Gelee besser. ■

**TOP-REZEPT-TIPP VON MARTIN LIEFEITH**

Dazu passt hervorragend ein Capuccino vom Hokaidokürbis mit Vanilleschaum.

DAS REZEPT FINDEN SIE AUF UNSERER HOMEPAGE WWW.MATJES.DE

## MATJESGESUND

MATJES ENTHÄLT LEBENSWICHTIGE OMEGA-3-FETTSÄUREN

## Ein bisschen Fett muss sein

Gesunde Ernährung sollte fettarm auf den Teller kommen, nicht fettfrei: Komplette ohne Fett fehlen dem Körper wichtige Omega-3-Fettsäuren. „Sie gehören zu den essenziellen, das heißt lebensnotwendigen Stoffen, die unbedingt über die Nahrung aufgenommen werden müssen“, so die Ernährungswissenschaftlerin Dr. Eva-Maria Schröder. Omega-3-Fettsäuren sind wichtig für die Gehirnfunktion, beim Aufbau der Nerven und für die Bildung der Netzhaut. Außerdem verbessern sie die Gerinnungs- und Fließfähigkeit des Bluts und stärken so Herz und Kreislauf, stabilisieren den Blutdruck, steigern die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit und wirken

positiv bei immunologischen Prozessen wie Rheuma, Neurodermitis oder Allergien.

„Die Omega-3-Fettsäuren in Fisch sind aufgrund ihrer langkettigen Molekülstruktur um ein Vielfaches wirksamer als Omega-3-Fettsäuren in Pflanzenölen“, erklärt Schröder. Als natürlicher Lieferant dieser Fette schwimmt Matjes ganz weit oben. Denn der echte holländische Matjes geht den Fischern nur von Ende Mai bis Anfang Juli ins Netz. Dann hat er seine im Frühjahr zugelegten Fettreserven noch nicht bei der Fortpflanzung verbraucht und sein Fettgehalt liegt bei 16 bis 25 Prozent. ■

