



## **Seemannsgold: Die neue Matjes-Saison startet demnächst wieder!**

**Das lange Warten hat bald ein Ende: Denn der Startschuss der Matjes-Saison fällt am 14. Juni 2017! Für die Heringe in der Nordsee heißt das: Ordentlich in Form fressen! Magermodels sind da nicht erwünscht! Nur wer einen Fettgehalt von mindestens 16 Prozent im essbaren Anteil aufweist, wird zu echtem holländischen Matjes veredelt. Auch Aussehen und Geschmacksnote müssen passen: Butterweiches, rosafarbenes Fleisch und sahnig im Geschmack – dafür ist holländischer Matjes bekannt. Nicht umsonst werden von den Deutschen jährlich bis zu 12,5 Millionen Matjes-Filets verspeist. Vor allem im Frühsommer schmeckt die Delikatesse besonders gut. Ab Mitte Juni 2017 werden die ersten frischen Doppelfischfilets im Einzelhandel zu kaufen sein.**

Matjes hat seine Wurzeln im holländischen Wort „Meisje“, das „junges Mädchen“ bedeutet. „Ausschließlich Heringe, die noch nicht geschlechtsreif sind und somit noch nicht Milch oder Rogen gebildet haben, werden zu Matjes verarbeitet – es handelt sich folglich um jungfräulichen Hering“, erklärt Mirjam Hendriks vom Holländischen Fischbüro. Der Matjes hat jedoch in Vorbereitung auf die Fortpflanzung einen hohen Fettgehalt zugelegt, deshalb hat der Matjes auch so eine leckere, buttrige Konsistenz.

### **Die Veredelung: Wie echter Holländischer Matjes entsteht**

Wer ein echtes holländisches Matjes-Filet werden möchte, muss einen speziellen Reifungsprozess durchlaufen. Dadurch erhält der Fisch erst seinen unvergleichlichen Geschmack. Nach dem Fang werden die Heringe auf traditionell holländische Weise gekehlt. Das heißt, dass die Kiemen und Eingeweide mit Ausnahme der Bauchspeicheldrüse entfernt werden. „Die in der Bauchspeicheldrüse enthaltenen Enzyme bewirken die natürliche Reifung, die das rohe Heringsfleisch in die sahnigen Matjes-Filets verwandelt. Die Fische werden im Anschluss in eine milde Salzlake eingelegt und reifen einige Tage“, so Mirjam Hendriks. Dadurch erhalten sie ihre charakteristische Note von Meersalz und Heringsaroma. Danach wird der Matjes



tiefgefroren. Der Grund ist, dass der Salzgehalt so niedrig ausfällt, dass es für eine Konservierung des Fisches nicht ausreichen würde. Durch die Kälte bleibt der optimale Genusszustand über einen langen Zeitraum erhalten. So kann der Fisch jederzeit wunderbar zu köstlichen Fischbrötchen, Matjes nach Hausfrauenart oder auch mal exotisch zu Matjes mit Avocado-Mango-Creme verarbeitet werden.

### **Fitmacher: Holländischer Matjes**

Die Matjesküche ist nicht nur sehr abwechslungsreich und lecker, sondern hält auch vital. Vor allem sind es die Omega-3-Fettsäuren, die den Matjes für die Ernährung so wertvoll machen. Neben Lachs, Makrele und Heilbutt weist Matjes den höchsten Anteil an Omega-3-Fettsäuren bei den Fischarten auf. Die mehrfach ungesättigten Fettsäuren im Fisch haben einen positiven Effekt auf den menschlichen Körper, denn sie wirken blutdrucksenkend und verringern den Cholesterinwert im Blut. Außerdem wird das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen gesenkt. Ferner ist Matjes ein wichtiger Lieferant für Aminosäuren, Vitamin D und Jod – viele gute Gründe, öfter Holländischen Matjes auf den Teller zu zaubern.

**Mehr Information auf: <http://www.hollaendischer-matjes.de>**

### **Agenturkontakt:**

P.U.N.K.T. PR GmbH

Siegmund Kolthoff, Carina Kleinschmidt

Völckersstraße 44, 22765 Hamburg

Tel.: +49 (0) 40 / 853760-16

E-Mail: [ckleinschmidt@punkt-pr.de](mailto:ckleinschmidt@punkt-pr.de)