

Rhabarber Rhabarber Rhabarber, es lohnt sich dieses Gemüse obwohl in der Obstkiste zu probieren und genießen

Obwohl der Rhabarber eine Gemüsepflanze ist kommt er in die Obstkiste und bringt etwas Farbe in das Obstsortiment der letzten Wochen. Ich schäle den Rhabarber nie. Wird er geschält verliert er viel an Farbe. Das Kompott, die Soße oder der Kuchen sehen fad aus.

Zum Kaffee Rhabarber-Grießkuchen

Für den Teig: 300g Mehl, 1 Pr. Salz, 200g Butter kalt, 100g Zucker, 1 Ei, 2 Eßl.

Semmelbrösel oder gem. Nüsse (werden auf den vorgebackenen Kuchenboden verteilt)

Für die Füllung: 500 ml Milch, 80g Grieß, 300g Quark, 4 Eier, 100g Zucker 1/2 Tüte

Puddingpulver, Vanille, 700g Rhabarber in 1 cm lange Stücke geschnitten,

Mandelblättchen

Teigzutaten verkneten. Eine gefettete Springform nicht zu klein, wird recht hoch, damit auslegen, dabei einen Rand hochziehen und bei 180°C 15 Min. vorbacken. Grieß in die kochende Milch einrühren, von der Herdplatte nehmen und ca. 20 min. quellen lassen.

Quark, Eigelb, 100 g Zucker, Puddingpulver unter den Grieß mischen und das steif geschlagene Eiweiß unterheben. Den Rhabarber mit 2/3 der Grießmasse mischen und auf dem vorgebackenen Kuchenboden verteilen, die restliche Masse darauf streichen und mit Mandelblättchen bestreuen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 45-60 Min. backen. Damit der Teigrand beim Vorbacken schön oben bleibt, mache ich aus Alufolie einen ca. 3 cm hohen Rand und drücke diesen fest gegen den Teigrand. Muß nicht gefettet werden.

Zum Nachtisch Rhabarber

500g Rhabarber, 375ml Wasser, 125g Zucker, 1 Pck. Puddingpulver (Vanille), zum Kochen, 1 Eigelb, 6 EL Wasser, 1 Eiweiß

Rhabarber schälen, in Stücke schneiden und mit 375 ml Wasser und dem Zucker weich kochen. Vanillepuddingpulver, Eigelb und 6 EL Wasser verrühren, zu dem weichgekochten Rhabarber geben und kurz aufkochen. Eiweiß steif schlagen und unter die heiße Masse heben.

Schmeckt warm und kalt.

Als Soße Rhabarber zu Fleisch, Fisch und Geflügel oder Bratlingen



500g Rhabarber, 100g Zucker, 1-2 Zwiebeln, 1/2 Bd. Glatte Petersilie, 1/2 Bd. Basilikum, 5 El. Kaltgepresstes Olivenöl, 1 Tl. Schwarze Pfefferkörner, 1 Tl. Gelbe Senfkörner, 1/2 Tl. Korianderkörner, 5 El. Kräuteressig, Salz, 25g Mandelblättchen

Rhabarber abziehen und in sehr kleine Stücke schneiden. Mit dem Zucker mischen, 30 Minuten Saft ziehen lassen, dann im eigenen Saft weich dünsten. Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Petersilie und Basilikum, trockentupfen und fein hacken. Alles zusammen im heißen Öl glasig braten. Pfeffer - Senf und Korianderkörner im Mörser zerstoßen, zu der Zwiebel-Kräutermischung geben und kurz anbraten. Die Mischung dann unter den Rhabarber rühren, mit Essig und Salz abschmecken und im offenen Topf noch 10 Minuten köcheln lassen. Dabei hin und wieder durchrühren. Zum Schluss die Mandeln zufügen. Im Kühlschrank hält sich die Sauce in gut verschlossenen Schraubdeckelgläsern mehrere Wochen. Der besseren Haltbarkeit wegen können Sie eventuell noch etwas Öl auf die Oberfläche träufeln. Die Gewürzkörner können je nach Geschmack verwendet werden.

Mangold mit Oliven und weißen Bohnen

150g weiße Bohnen, Salz, 2 Thymianzweige, 4 El Olivenöl, 100 g Schafskäse, 100 g schwarze Oliven, etwas Zitronenschale,

etwas Zitronensaft, Pfeffer, 1 El Petersilie, 500g Mangold, 1 rote Chilischote

Die Bohnen über Nacht in Wasser einweichen. Am nächsten Tag abgießen, abtropfen lassen und in 1 l Wasser mit etwas Salz, dem Thymian und 3 El Olivenöl aufkochen und bei mittlerer Hitze 1 Stunde garen. Bohnen abgießen und abtropfen lassen, dabei etwas Garflüssigkeit auffangen. Thymian entfernen. Die Hälfte der Bohnen mit 1-2 El Flüssigkeit pürieren, die restlichen Bohnen damit vermengen. Schafskäse in grobe Stücke schneiden, Olivenfleisch vom Stein schneiden und grob hacken. Bohnenmasse mit Oliven, Schafskäse, Zitronenschale, 1 El Zitronensaft, Pfeffer und Petersilie mischen und beiseite stellen.

Mangold putzen, die weißen Blattrippen keilförmig ausschneiden. Chilischote in Ringe schneiden, die Kerne entfernen. Die Mangoldblätter in kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, abschrecken und zum Abtropfen auf Geschirrtücher legen. Die Blattrippen schräg in Stifte schneiden und in kochendem Salzwasser 3-4 Minuten garen, abschrecken und abtropfen lassen. Mit 4 El Olivenöl, restlichem Zitronensaft und Chiliringen vermengen und marinieren lassen. Die Bohnenmasse vierteln. Jeweils 2 Mangoldblätter überlappend in eine Suppenkelle legen, einen Teil Bohnenmasse hineingeben, die Blätter darüberklappen und leicht andrücken. Die Mangoldpäckchen aus der Kelle nehmen und auf die flache Seite legen. Restliches Olivenöl in einer Pfanne nicht zu stark erhitzen. Die



Mangoldpäckchen darin auf der gewölbten Seite leicht anbraten und dann auf der flachen Seite im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 140 Grad mehr erwärmen als garen (Gas 1, Umluft 120 Grad). Zum Servieren die Mangoldpäckchen mit dem Salat auf Tellern anrichten.

Kohlrabi-Brottaufstrich

½ Kohlrabi, 200 g Frischkäse, natur, 1 kleine Zwiebel(n), 2 TL Rapsöl, 1 Prise Salz und Pfeffer, Majoran, reichlich, frisch oder getrocknet

Den Frischkäse in eine Schüssel geben. Den Kohlrabi waschen, schälen, raspeln und zum Frischkäse geben. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und ebenfalls zum Frischkäse geben. Den Majoran waschen, grob hacken und dazugeben.

Das Rapsöl hinzugeben und alles mit einem Schneebesen cremig rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dill Kartoffeln - ein frühlingsleichtes Mittagessen

4 große Kartoffeln, 1 Bund Dill, Salz, Pfeffer, 1-2 Becher Schmand, etwas Milch, geriebener Käse

Die Kartoffeln kochen und anschließend pellen, in eine gefettete Auflaufform geben und von oben her einschneiden.

Den Dill waschen, trocknen, fein hacken und über die Kartoffeln streuen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nun noch den Schmand mit etwas Milch glatt rühren, etwas mit Salz und Pfeffer würzen, über die Kartoffeln verteilen. Mit Käse bestreuen und in den Ofen geben. Bei ca. 180°C für ca. 15- 20 min. Dazu einfach einen gemischten Salat reichen und oder Fisch.

Wir wünschen allen einen schönen Wonnemonat

