



Thema: Rhabarber, Rhabarber, Rhabarber, Rhabarber ...

Nach dem Spargel kommt der Rhabarber bei uns auf den Tisch. Entgegen anders lautenden Gerüchten ist Rhabarber ein Gemüse. Dank seines Gehaltes an Apfel-, Zitronen- und Oxalsäure wird er oft für Obst gehalten. Seit rund 160 Jahren wird er in Deutschland verbacken, eingemacht und gekocht. Er enthält wenig Kalorien und viele Vitamine sowie Calcium, Eisen, Kalium, Magnesium und Pektin.

„RhaPapSup“ Rhabarber-Paprika-Suppe für 4 Personen

1 kg rote oder gelbe Paprika
200 g Rhabarber
30 g frischer Ingwer
150 g Frühlingszwiebeln
800 ml Gemüsebrühe
1 EL Sojasauce
2 EL Limettensaft
2 EL Haselnussmus
Pfeffer, Zucker, Salz

Paprika vierteln, entkernen und unterm Backofengrill mit der Haut nach oben rösten, bis er sich schwarz ärgert. Aus dem Ofen nehmen, feuchtes Küchentuch drüber, ein paar Minuten warten, Haut abziehen, in grobe Stücke schneiden. Rhabarber putzen, abziehen und in 2 cm kurze Stücke schneiden, Ingwer schälen, in feine Würfel schneiden, Frühlingszwiebel in Röllchen. Öl in einem großen Topf erhitzen, Ingwer andünsten, dann Paprika und Rhabarber zugeben, kurz mitdünsten und zum Schluss 3/4 der Zwiebel. Mit der Brühe ablöschen und bei sanfter Hitze ca. 15 - 20 Minuten köcheln lassen. Sojasauce, Limettensaft und Nussmus dazu geben, ein paar Minuten ziehen lassen, pürieren. Restlichen Zwiebeln zugeben, mit Pfeffer, Zucker, Salz würzen, kurz aufkochen lassen und fertig.

Tip: Beilagen sparen und dafür nachher noch einen Rhabarberkuchen essen :-)

Rhabarber-Tarte-Tatin für viele Personen

200 g Mehl
120 g kalte Butter
50 g Zucker
1 Ei
1 Prise Salz
1 - 2 EL Eiswasser
500 g Rhabarber
150 g Zucker
30 g Butter

Eine Tarte Tatin wird verkehrt herum gebacken und dann gestürzt. Das klappt meistens.

Aus den ersten 6 Zutaten einen Mürbteig kneten. Eiswasser erst zum Schluss und bei Bedarf zugeben. Teig zu einer Kugel formen, in Folie einwickeln und 1 h lang kalt stellen.

In der Zwischenzeit den Rhabarber häuten und in 4 cm große Stücke schneiden. Backofen auf 200° vorheizen. Den Zucker in eine Pfanne geben, vorsichtig schmelzen lassen, sobald er zu karamellisieren beginnt rühren-rühren-rühren, Butter zugeben, schmelzen lassen, weiter rühren. Wenn alles flüssig ist, in eine ofenfeste Form gießen (ca. Ø 24 cm, Pfanne geht zur Not auch, möglichst keine Springform, die könnte auslaufen) und schnell gleichmäßig verstreichen, Rhabarber hübsch drauf anrichten, Teig ca. Ø 30 cm ausrollen und drauf legen. An den Rändern in die Form drücken, den Boden mehrfach mit einer Gabel einstechen, Kuchen auf die mittlere Schiene 30 Minuten backen, rausnehmen, etwas ruhen lassen und vorsichtig auf eine Platte stürzen.

Tip: die Tarte am besten lauwarm mit einem Berg halbfester Schlagsahne (gerne mit etwas Vanille) servieren.

Pfizzauf an Rote Grütze „Nord trifft Süd“ für 4 Personen

500 g Rhabarber
500 g Erdbeeren
2 EL Johannisbeer-Fruchtaufstrich
4 EL Rotwein
2 EL Speisestärke
1 EL Zucker

125 g Mehl
125 ml Milch
2 Eier
1 kl. Prise Salz
Butter für die Form
Puderzucker

Das Obst waschen. Rhabarber häuten und in Stücke schneiden. Großen Erdbeeren halbieren. Zuerst den Fruchtaufstrich in einem Topf schmelzen lassen, dann Rhabarber, 50 % der Erdbeeren, Zucker und 1 EL Rotwein dazu geben. Zugedeckt köcheln lassen. Sobald der Rhabarber weich ist, die Stärke mit 3 EL Rotwein glatt rühren, zu den Früchten geben und nochmals aufkochen lassen. Die restlichen Erdbeeren zugeben und die Grütze länger kalt stellen.

Den Ofen auf 200° vorheizen.

Für die Pfizzauf brauchen Sie eine Pfizzaufform oder 6 saubere, kleinere Blumentöpfe ohne Loch.

Halbhohe Tassen oder Becher gehen auch. Alles bis auf die Butter miteinander verteilen :-) bzw. zu einem flüssigen Teig verrühren. Die Auflaufförmchen einfetten und den Teig gerecht darauf verteilen. 30 Minuten backen, dann die Temperatur auf 150° verringern und weiter 10 - 20 Minuten backen, sodass die Pfizzauf goldbraun werden. Herausheben und vorsichtig aus der Form lösen, zur Not mit einem Messer. Mit Puderzucker bestreuen, warm zur Grütze servieren.

Tip: Laden Sie jemanden ein, der mindestens 70 Jahre alt ist.