Landwirtschaftskammer Niedersachsen

RHABARBER-SAFT

Das Kindheitsgetränk für Ältere, für Jüngere
einfach cool und lecker

für etwa 3 l Saft: 2 l Wasser 5 kg Rhabarber gewürfelt 400 g Zucker	Rhabarber in einem großen Topf mit Wasser aufkochen und anschließend auf kleiner Stufe 15 Minuten köcheln lassen bis er weich ist. Kochwasser und den Fruchtsaft - durch ein Sieb gedrückte Rhabarberstücke – auffangen und mit dem Zucker verrühren. Das Ganze vorsichtig erhitzen und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Dann den Saft in gut ausgespülte Glasflaschen füllen. Kühl und dunkel aufbewahren. Möglichst rasch verbrauchen. Lecker mit kohlensäurehaltigem Mineralwasser.

RHABARBERMUFFINS

125 g Mehl 75 g Butter 50 g Zucker 1 Eigelb 1 Pr. Jodsalz	Mehl, Butter, Zucker, Eigelb und Salz zu einem Mürbeteig kneten. In Klarsichtfolie packen und etwa 30 Min. kühl ruhen lassen. Anschließend den Teig ausrollen und mit einer Tasse Kreise ausstechen. Die Teigkreise in gut eingefettete Muffinsformen geben. Die Mandeln mit einem Esslöffel Zucker mischen und auf dem Teigboden gleichmäßig verteilen.
25 g gemahlene Mandeln 50 g Zucker	
500 g roten Rhabarber geriebene Schale von einer Naturzitrone	Den Rhabarber putzen, schälen und in 1 bis 2 cm große Stücke schneiden und mit dem restlichen Zucker sowie der Zitronenschale vermischen.
1 Ei 125 ml Sahne 1 TL Vanillezucker	Rhabarbermasse auf dem Teig verteilen und zunächst bei 220° C, untere Schiene, 10 Minuten vorbacken. Das Ei mit der Sahne und dem Vanillezucker verquirlen und über die Rhabarbermasse geben. Bei 180° C untere Schiene etwa 10 Minuten nachbacken.

RHABARBER-SMOOTHIE (4 Personen)

Rhabarberkompott (siehe oben) 300 g Vanille-Eis 300 g Jogurt, natur Mark von einer Vanillestange etwas Zucker 200 ml Milch, 3,5 %	Vanillejogurt herstellen: Jogurt mit dem Mark der Vanillestange vermengen, Zucker nach Belieben unterrühren. Eis, Jogurt und Milch zusammen pürieren und vorsichtig übers Kompott gießen.

RHABARBER-KOMPOTT (4 Personen)

600 g Rhabarber
175 g Zucker
1 ½ Vanillestangen
½ Tasse Wasser
¼ Apfel in Stücken
¼ l süße Sahne

Rhabarber waschen, Stielenden und ggf. den ungenießbaren Blattansatz entfernen und in etwa 1 cm lange Stücke schneiden (dicke Stangen vorher halbieren). Zucker zugeben und stehen lassen, bis der Rhabarber etwas Saft gezogen hat. Eine halbe Stange Vanille, Apfelstückchen und einer halben Tasse Wasser zum Kochen bringen und bei geringer Hitze weichkochen. Zwischendurch kontrollieren, dass noch genügend Flüssigkeit vorhanden ist. Das Mitgaren der Apfelstücke mildert die Säure des Rhabarbers.
Sahne mit dem Mark einer Vanillestange aromatisieren. Dazu das Mark und die ausgeschabte Stange in die Sahne geben und über Nacht kühl stellen. Vor dem Servieren die Stange herausnehmen, die Sahne gut schütteln und über das Kompott geben.

RHABARBER-NESTER (Hefeteig) (10-12 Stück)

1 Muffinsblech mit Vertiefungen oder 10 Papiermanschetten

Teig:
300 g Mehl
½ TL Jodsalz
40 g Zucker
20 g Hefe, zerbröckelt
125 ml Milch 3,5 % F. handwarm
1 Ei, verquirlt
50 g Butter, flüssig

Füllung:
250 g Himbeerrhabarber, gewürfelt
3 EL Zucker
¾ TL Zimtpulver
30 g Butter, kalt, in Stücke geschnitten
2-3 EL Zucker zum Bestreuen

Für den Teig, Mehl Salz und Zucker mischen, eine Mulde formen. Hefe in wenig Milch auflösen, mit restlicher Milch, Ei und Butter in die Mulde geben. Alles zu einem geschmeidigen Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur auf etwa das Doppelte aufgehen lassen.
Für die Füllung den Rhabarber mit Zucker und Zimt mischen.
Backofen auf 180°C vorheizen.
Auf dem Hefeteig 10-12 gleich große Kugeln formen, flach drücken und im vorbereitetem Blech oder den Papiermanschetten verteilen. Rhabarber darin verteilen. Mit Butter und Zucker bestreuen.
Im unteren Teil des auf 180°C vorgeheizten Ofens (Unter- und Oberhitze) 20-30 Minuten backen.