



Rhabarberkompott mit Blaumohn-Ingwerplätzchen

Zutaten (für vier Personen)

2 Stangen Rhabarber
250 ml Kirschsaf
1 EL Kartoffelstärke
1 Zimtstange
Schale einer halben unbehandelten Orange- und Zitrone
1 Vanilleschote
3 EL Himbeersirup

250 ml Milch
80 g Hartweizengrieß
80 g Mohnback
1 Eigelb
3 EL Öl zum Braten
1 EL Honig
Saft einer Zitrone
1 EL eingelegter Ingwer

Garnitur:

4 Minzkrönchen

Zubereitung (circa 30 Minuten)

Kirschsaf erhitzen und Zimtstange, Orangen- und Zitronenschale und Vanilleschote zum Auskochen dazugeben. Kartoffelstärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, zugeben und eindicken lassen.

Vom Rhabarber von oben nach unten die Fäden abziehen und in schräge Stücke schneiden. In den vorbereiteten Fond geben und mit wenig Hitze den Rhabarber auf den Punkt ziehen lassen. Honig mit Zitronensaft erhitzen, eingelegte Ingwerblättchen zugeben.

Milch erhitzen, Grieß einrühren und kurz anziehen lassen. Blaumohnmischung unterrühren, dann das Eigelb unterziehen. Kleine Plätzchen formen und diese in heißem Öl beidseitig ausbraten.

Die Ingredienzien aus dem Kompott entfernen und Himbeersirup unter das Kompott ziehen. Alles auf einem flachen Teller anrichten: Ingwer-Blaumohnplätzchen in die Mitte setzen, Ingwerblättchen darauf verteilen, mit Minzkrönchen garnieren.

Nährwerte pro Portion

441 kcal - 22 g Fett - 11 g Eiweiß - 57 g Kohlenhydrate - 5 BE
Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch.