



Rhabarberkompott mit Ingwer-Orangen-Blaumohnplätzchen

Zutaten für vier Personen

420 g Rhabarber
200 ml roter Traubensaft
3 cl Himbeersirup
½ Zimtstange
1 Vanilleschote
Schale von je einer halben unbehandelten Orange und Zitrone

300 ml Milch
80 g Hartweizengrieß
1 Packung Mohnback
2 EL Orangenmarmelade
Abrieb von einer unbehandelten Orange
15 g Butter
1 ½ EL eingelegter Ingwer
4 Minzkrönchen

Zubereitung (circa 35 Minuten)

Vom Rhabarber die Fäden abziehen und in schräge Stücke zerteilen. In Traubensaft mit Himbeersirup, Zimtstange, aufgeschlitzter Vanilleschote, Orangen- und Zitronenschale aufkochen und auf den Punkt ziehen lassen. Danach Ingredienzien entfernen.

Milch mit Mohnback aufkochen und glattrühren. Orangenmarmelade und Orangenabrieb zugeben und gut verrühren. Hartweizengrieß einrühren, bis die Masse andickt und daraus Plätzchen formen. In zerlaufener Butter beidseitig goldgelb ausbraten. Rhabarberkompott auf flachen Tellern anrichten, Blaumohnplätzchen dazu setzen und obenauf mit eingelegtem Ingwer und Minzkrönchen garnieren.

Nährwert pro Portion

387 kcal – 19 g Fett - 12 g Eiweiß – 41 g Kohlenhydrate – 3,1 BE