

Rhabarber-Konfitüre mit Holunder

Zutaten:

- 50 g Holunderblütendolden
- 200 ml trockener Sekt oder Wasser
- 700 g Rhabarber
- 500 g Gelierzucker 2 : 1

1. Holunderblüten vorsichtig ausschütteln, um kleine Insekten oder lose Pflanzenteile zu entfernen. Auf keinen Fall waschen! Dabei würde der Blütenstaub, der Aromaträger, entfernt werden! In eine Schüssel geben, mit Sekt übergießen und über Nacht ziehen lassen. (Wer einen intensiven Holunderblütengeschmack mag, lässt die Blüten bis zu 24 Stunden ziehen.
2. Rhabarber putzen, schälen und in Stücke schneiden. 500 g Rhabarber abwägen und mit Gelierzucker in einem großen Topf verrühren. Den Holundersekt durch ein Sieb zugießen und unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen.
3. Dann ca. 4 Minuten unter Rühren sprudelnd kochen lassen. Konfitüre sofort randvoll in heiß ausgespülte Gläser füllen. Die Gläser verschließen, umdrehen und auf dem Kopf auskühlen lassen.

In diesem letzten Rezept wird Holunder verarbeitet. Diesem werden wir unseren nächsten „Saison-Vorschlag“ widmen!

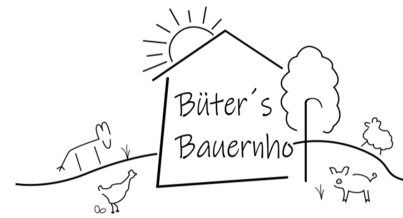
Ein Tipp vorweg:

Für Holundersirup stellen Sie zunächst auch einen Auszug her wie oben beschrieben – 20 große Dolden auf 3 Liter Wasser. Am nächsten Tag zusammen mit 3 kg Zucker, drei unbehandelten Zitronen in Scheiben und 60 g Zitronensäure aufkochen. Ziehen lassen – gerne ein paar Tage. Abseihen, nochmals aufkochen und heiß in Flaschen abfüllen! Sammeln Sie Holunderblüten abseits von Straßen an einem sonnigen, windstillen Tag, damit die Ausbeute an aromatischem Blütenstaub besonders hoch ist. Behandeln Sie Holunderblüten wie eine Kostbarkeit – Holunder ist unendlich wertvoll für die Natur und für unsere Gesundheit!

Viel Spaß beim Ausprobieren und gutes Gelingen!
Herzliches GrüÙe und ein schönes Wochenende, Ihre

Karin Geyer &

Sandra Büter



Rhabarber, Rhabarber, Rhabarber....

... passend zur Erntezeit ein paar Rezepte rund um das leckere „Gemüse“!

Etwas Hintergrundwissen:

Wir haben uns oben nicht verschrieben. Obwohl die Verwendung in der Küche – Kompotte, Marmeladen und Kuchenbelag - eher an Obst erinnert, handelt es sich streng genommen um ein Gemüse, denn wir verzehren keine Früchte, sondern die Stiele.

Wer erst mal eine Rhabarberstaude in seinem Garten gepflanzt hat, braucht sich um dieses Gewächs kaum noch zu kümmern. Bis zu acht Jahre gedeiht diese Pflanze, sogar im leichten Schatten unter Obstbäumen. Ein Meter Anstand und reichlich Dünger bei der Pflanzung und jeweils nach der Ernte sollten Sie dem leckeren Frühlings-Dessert aber gönnen.

Geerntet wird ab dem zweiten Jahr von April bis Juni – ab dem 24. Juni ist der Gehalt an Oxalsäuren zu hoch, außerdem braucht die Pflanze jetzt eine Erholungspause. Die Stiele werden vorsichtig am Wurzelhals abgedreht – aber immer auch genügend Stiele und Blattgrün an der Pflanze belassen! Blütenansätze werden während der Erntezeit abgeschnitten. Wer gerne experimentiert, kann diese in der Küche verwenden, etwa wie Brokkoli. Eine besondere Spezialität! Neben den im Supermarkt meistens angebotenen Sorten gibt es vom Rhabarber bewährte alte Sorten, die rote Stiele haben und milder und aromatische schmecken. Es lohnt sich, diese im Garten anzubauen und auf lokalen Märkten danach zu suchen!

Küchentechnisch wird Rhabarber meistens zu Dessert oder Dessert-Kuchen wie beispielsweise Crumble verarbeitet. Die Vorbereitung ist dabei immer gleich einfach: Stangen schälen – das bedeutet, mit einem spitzen Messer unter die Haut fahren und diese abziehen – in Stücke schneiden, zuckern und dünsten. Kompott wird mit etwas Stärkemehl ange dickt - in Wasser angerührt und in die kochende Masse eingerührt – und mit VanillesoÙe, Pudding oder Eis verzehrt. Für Crumble oder Kuchen kommen die Rhabarberstücke roh auf oder unter den Teig – auch hier sorgt etwas VanillesoÙe oder eine Kugel für etwas mehr SüÙe und Cremigkeit.

Nicht vergessen wollen wir die zahlreichen Marmeladen in vielfältigen Kombinationen, allen voran der Klassiker „Erdbeer-Rhabarber“ – und natürlich auch Rhabarbersaft oder Sirup als Grundlage für erfrischende Sommer-Schorlen! Diese Rezeptvorschläge haben wir für Sie ausprobiert:

Rhabarber Käsekuchen Muffins

Zutaten:

Teig		Frischkäse-Topping	Dazu
trockene Zutaten:	flüssige Zutaten:		
250 g Mehl	1 Ei	200 g Doppelrahmfrischkäse	250 g Rhabarber
2 TL Backpulver	6 EL Sonnenblumenöl	4 TL Puderzucker	
1/2 TL Natron	0,2 L Milch	1 Pkt Vanillezucker	
120 g Zucker			
1 Packung Orangenschalen-Aroma			

1. Rhabarber putzen und in Stücke schneiden.
2. In einer Schüssel die trockenen Zutaten mischen. In einer zweiten Schüssel die flüssigen Zutaten verquirlen. Flüssige Zutaten zu den trockenen Zutaten geben und so kurz wie möglich verrühren, bis ein cremiger Teig entsteht. Wenn man zu lange rührt, werden die Muffins zu fest.
3. Den Backofen auf 175° vorheizen. Papierförmchen in eine Muffinform setzen und jeweils einen Teelöffel Teig einfüllen. Die Hälfte vom Rhabarber darüber verteilen.
4. Doppelrahmfrischkäse mit Puderzucker und Vanillezucker glatt rühren und die Hälfte der Creme auf dem Teig verteilen. Den restlichen Teig darüber füllen, darauf den restlichen Frischkäse verteilen und mit Rhabarber belegen.
5. Rhabarber Käsekuchen Muffins auf der mittleren Schiene bei 175° ca. 30 Minuten backen. Die Muffinform aus dem Backofen nehmen, die Rhabarber Käsekuchen Muffins ca. 10 Minuten in der Form ruhen lassen, herausnehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Rhabarber Käsekuchen Muffins werden besonders locker und schmecken sehr saftig.

Rhabarber-Sirup - einfach gemacht und für viele Gelegenheiten ein spritziges Mischvergnügen.

Zutaten:

- 2 kg Rhabarber
 - 450 g Zucker
 - Saft von 1 Zitrone
1. Rhabarber putzen, waschen und in Stücke schneiden. Zucker und 2 l Wasser in einem Topf unter Rühren aufkochen. Rhabarber zufügen, ca. 30 Minuten köcheln.
 2. Rhabarber durch ein Sieb gießen und den Sud in einem zweiten Topf auffangen. Die Rhabarberreste im Sieb mit einer Kelle gut ausdrücken. Sud offen auf ca. 3/4 l einkochen - das dauert je nach Topfgröße 30-40 Minuten. Zitronensaft nach 20 Minuten zum Rhabarbersud geben und mitkochen. Sirup kurz abkühlen lassen.



3. Noch heiß in eine vorbereitete saubere Flasche füllen, fest verschließen und auskühlen lassen. Schmeckt z. B. mit kaltem Mineralwasser oder Sekt aufgefüllt (Mischungsverhältnis: 2-3 EL Sirup auf 300 ml Flüssigkeit) Haltbarkeit: 10-12 Monate

Erdbeer-Rhabarber-Marmelade – der Klassiker! (3-4 Gläser)

Zutaten:

- 500 g Erdbeeren
 - 500 g Rhabarber
 - 1 Vanilleschote (nach Geschmack, kann auch weg gelassen werden für das pure Erlebnis)
 - 500 g Gelierzucker 2:1
1. Erdbeeren putzen, waschen, abtropfen lassen und in sehr kleine Stücke schneiden. Rhabarber waschen und ebenfalls in sehr kleine Stücke schneiden. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, Mark herausschaben.
 2. Erdbeeren, Rhabarber, Gelierzucker, Vanilleschote und -mark in einen Topf geben. Unter Rühren aufkochen, dann ca. 4 Minuten bei starker Hitze köcheln lassen.
 3. Vanilleschote vorsichtig entfernen (ich verteil sie auf die Gläser!) und Konfitüre sofort in 4 saubere Gläser mit Twist-off-Deckeln (à 250 ml) füllen. Gläser fest verschließen, auf den Kopf stellen und vollständig auskühlen lassen. Kühl und dunkel gelagert ist die Erdbeer-Rhabarber-Marmelade ca. 2 Jahre haltbar.

Erdbeer-Rhabarber-Konfitüre mit Orange (das könnte mein Favorit werden...)

Zutaten:

- 500 g Rhabarber
 - 500 g Erdbeeren
 - 1 große unbehandelte Orange
 - 500 g Gelierzucker 2:1
1. Rhabarber putzen, waschen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Erdbeeren waschen, putzen, verlesen und in Stücke schneiden. Orange heiß waschen, trocken reiben und Schale dünn abreiben. Orange halbieren, Saft auspressen.
 2. Rhabarber, Erdbeeren, Zucker, Orangenschale und -saft in einem Topf mischen und ca. 1 Stunde kühl stellen (zum Saft ziehen lassen). Unter Rühren kurz aufkochen, dann mindestens 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Konfitüre noch heiß in sterilisierte Gläser füllen und gut verschließen.