



Rhabarberkompott mit Quark

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|-----------------------|--------|
| Rhabarber | 600 g |
| Vanillinzucker | 2 TL |
| Apfelsaft | 100 ml |
| Apfelschmaus | 2 EL |
| Speisestärke | 1 TL |
| Quark 40 % Fett i.Tr. | 500 g |

Zubereitung

 Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlerer Topf

1. Rhabarber waschen, faserige Schale abziehen und in Stücke schneiden. In einem Topf auf mittlerer Stufe mit Vanillinzucker, Apfelsaft und Apfelschmaus aufkochen und ca. 5 Min. weich garen.
2. In einer Schüssel Stärke mit wenig Wasser anrühren und zum Rhabarberkompott rühren, ca. 2 Min. leicht dicklich einköcheln.
3. Rhabarberkompott auf Schüsselchen verteilen und mit Quark servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

| | | | |
|----------------|----------|---------------|-----|
| Kaloriengehalt | 169 kcal | | |
| Kohlenhydrate | 22 g | Ballaststoffe | 3 g |
| Eiweiß | 15 g | Fette | 3 g |