

 25 Minuten



Rhabarber- Aprikosen- Creme




Zutaten für 2 Gläser à 300 g

- 400 g Rhabarber
- 100 g getrocknete Aprikosen, entsteint
- 1 Vanilleschote
- 2-3 EL Wasser
- 2 Sternaniskapseln




Vernetzungsstelle
Kita- und Schulverpflegung
Sachsen




1 Die Gläser mit kochendem Wasser ausspülen und abtropfen lassen. Den Rhabarber waschen, schälen und mit dem Messer in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die getrockneten Aprikosen mit dem Messer grob würfeln. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen.

2 Vanillemark, Aprikosen, Rhabarber und Wasser in einen Topf geben. Die ausgekratzte Vanilleschote und die Sternaniskapseln in einen verschlossenen Teefilter füllen und zu den restlichen Zutaten geben. Die Mischung aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen. Den Teefilter aus dem Topf herausnehmen.

3 Den Topf von der Herdplatte nehmen, die Zutaten mit dem Pürierstab fein pürieren und anschließend erneut kurz aufkochen lassen. Je nach gewünschter Konsistenz ein wenig Wasser unterrühren. Die heiße Creme in die Gläser abfüllen, Gläser zudrehen und 5 Minuten auf den Kopf stellen.

 Die Aprikosensaison in Deutschland ist von Juni bis August. Getrocknet sind sie haltbar und ganzjährig einsetzbar.

 Gerne können Sie andere getrocknete Früchte wie z. B. Pflaumen oder Gewürze wie z. B. Zimt oder Kardamom kreativ einsetzen.



vernetzungsstelle-sachsen.de

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM FÜR
SOZIALES, GESUNDHEIT UND
GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT

