

Rezept

Rhabarberkompott mit Quark

Ein Rezept von Rhabarberkompott mit Quark, am 26.04.2024

Zutaten

400 g Rhabarber	100 ml trockener Weißwein (oder Wasser)
Stevia-Süßungsmittel	250 g Magerquark
¼ TL gemahlene Vanille	etwas Mineralwasser (mit Kohlensäure) nach Bedarf

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 119 kcal

Zubereitung

1. Den Rhabarber putzen und waschen, die Haut abziehen und die Stangen in 3 - 4 cm lange Stücke schneiden.

2. Den Rhabarber in einen Topf geben und den Wein angießen. Zugedeckt aufkochen und ca. 5 Min. leicht köcheln lassen, dann mit Stevia (Dosierung nach Packungsanweisung) vorsichtig süßen. 2 - 3 Std. abkühlen lassen. Zum Servieren das Kompott leicht durchrühren.

3. Den Quark mit Vanille und bei Bedarf mit etwas Mineralwasser verrühren und nach Belieben vorsichtig mit Stevia süßen. Das Rhabarberkompott mit dem Quark servieren.