

## ■ REZEPT DES MONATS - APRIL



Foto: fotolia.com / Thomas Andri

### Schneller Rhabarberkuchen

#### Zutaten (für 16 Stück):

150 g	Butter
150 g	Zucker
2 Pck.	Vanillezucker
4	Eier
220 g	Mehl
½ Pck.	Backpulver
ca. 250 g	Rhabarber, geputzt und in kleine Stücke geschnitten

#### Zubereitung:

- weiche Butter, Vanillezucker und Zucker schaumig rühren
- die Eier einzeln zugeben
- Mehl und Backpulver unterrühren
- Rhabarber untermengen
- Teig in eine gefettete Springform füllen
- backen bei 180°, ca. 30 – 40 min.
- anschließend gut abkühlen lassen und eventuell mit Staubzucker bestäuben

Dazu schmeckt Vanillesahne oder Vanilleeis.

Guten Appetit wünscht Ihr speziMED-Team!

1 Portion enthält	kcal	Kohlenhydrate (BE)	Fett	Eiweiß
	180	ca. 2	10 g	3 g

#### Tipps:

Rhabarber ist eigentlich gar kein Obst. Er gehört zu den Gemüsen- weil er botanisch eine Staude ist und weil man die Stängel und nicht die Früchte isst.

Rhabarber enthält neben Mineralien wie Kalium, Magnesium, Phosphor und Eisen, die sich positiv auf Herz und Kreislauf auswirken, auch sehr viel Oxalsäure. Die kann man verringern, indem man den Rhabarber gleich nach dem Schälen blanchiert und den Rhabarber mit milchhaltigen Speisen kombiniert.