

Rhabarber mit Couscous, -Chutney, Fenchel, Mandeln

Für zwei Personen

Für den geschmorten Rhabarber:

| | | |
|--------------------|-----------|-------------|
| 1 Stange Rhabarber | 1 Zwiebel | 2 EL Butter |
| 100 ml Gemüsefond | Salz | Pfeffer |

Für das Rhabarber-Chutney:

| | | |
|----------------------------------|-------------------|--------------------------------------|
| 2 Stangen Rhabarber | 1 Zwiebel | 1-2 cm Ingwer |
| 1 Orange, Saft | 25 ml Apfelessig | 50 g brauner Zucker |
| 20 g weißer Zucker | 1 TL Chiliflocken | $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kardamom |
| $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Zimt | | |

Für den Couscous:

| | | |
|----------------|-------------------|---------------|
| 250 g Couscous | 250 ml Gemüsefond | 1 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den gebratenen Fenchel:

| | | |
|---------------------------|-------------|---------------|
| 1 Fenchelknolle, mit Grün | 2 EL Butter | Salz, Pfeffer |
|---------------------------|-------------|---------------|

Für den Minz-Dip:

| | | |
|-----------------------|----------------|---------------|
| 150 g griech. Joghurt | 2 Zweige Minze | Salz, Pfeffer |
|-----------------------|----------------|---------------|

Für die gerösteten Mandeln:

| | | |
|-------------------|------|---------|
| 50 g Mandelstifte | Salz | Pfeffer |
|-------------------|------|---------|

Für den geschmorten Rhabarber:

Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Zwiebel abziehen und würfeln.

Rhabarber waschen, schälen und in ca. 8 cm lange Stücke schneiden.

Zwiebeln und Rhabarber in die Pfanne geben und von allen Seiten anbraten. Dann mit dem Gemüsefond ablöschen und schmoren lassen, bis der Rhabarber gar ist, aber noch Biss hat. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Rhabarber-Chutney:

Weißer und brauner Zucker in einem Topf schmelzen. Rhabarber waschen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Wenn der Zucker vollständig geschmolzen ist, den Rhabarber und die Zwiebel in den Topf geben und kurz andünsten lassen. Ingwer fein hacken und ebenfalls dazu geben. Nun auch die Gewürze dazugeben. Alles mit dem Saft einer Orange, 100 ml Wasser und dem Apfelessig ablöschen und einköcheln lassen.

Für den Couscous:

Gemüsefond einmal aufkochen lassen. Topf vom Herd nehmen.

Couscous mit dem Olivenöl in den Topf geben und ohne erneutes kochen ca. 5 Minuten ziehen lassen. Gegebenenfalls umrühren. Salzen und pfeffern.

Für den gebratenen Fenchel:

Fenchel halbieren und die einzelnen Schichten voneinander trennen. In einer Pfanne die Butter zerlassen und den Fenchel darin von beiden Seiten anbraten, bis er noch biss hat, aber schön braun ist. Salzen und pfeffern. Fenchelgrün für die Garnitur beiseitelegen.

Für den Minz-Dip:

Minzblätter fein hacken und mit dem Joghurt vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die gerösteten Mandeln:

Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis sie goldbraun sind.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Charlotte Dörfler am 16. April 2024