

Folatreiche Rezepte: **Dessert**

Rhabarber-Kompott mit Sahne

reich an Vitamin C und Folsäure
pro Portion etwa 210 kcal

 Zubereitungszeit

 Schwierigkeitsgrad

Zutaten für 2 Personen:

250 g	Rhabarber
2 geh. EL	Zucker (40 g)
1/2 Päckchen	Soßenpulver Vanille
50 g	Schlagsahne



- 1** Rhabarber putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Zucker darüber streuen und kurz ziehen lassen. 100 ml Wasser zugeben. Rhabarber aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten ziehen lassen.
- 2** In der Zwischenzeit Soßenpulver mit 1-2 EL Wasser glattrühren, in den Rhabarber rühren und nochmals aufkochen lassen. Rhabarber-Kompott in Dessertschälchen füllen und abkühlen lassen.
- 3** Sahne halbsteif schlagen und jeweils einen Klecks auf das Kompott geben. Nach Belieben mit Schokostreusel bestreuen.