

Rhabarber mit Speck						Zeit: 15 min	
Nährwerte:						Ergibt etwa 4 Portionen	
Zutaten	Menge	Kcal	Eiweiß	Fett	KH		Preis
Pro Portion	~ 200 g	335,2	7,8	24,8	15,4		Keine Ang.

Zutaten:

500	g	Rhabarber
1	Stk	Rote Zwiebel
1	Zweig	Rosmarin
100	g	Speckwürfel oder Streifen
		Salz, Pfeffer, 3-4 EL brauner Zucker, Balsamicocreme, Olivenöl
80	g	Ziegenfrischkäse oder Ziegenkäserolle

Vorbereitung:

- Rhabarber mit einem kleinen Messer von Fasern befreien
- Zwiebel in Würfel schneiden

Herstellung:

- Den Speck in einer Pfanne bei mittlerer Hitze auslassen
- Zwiebelwürfel hinzugeben und kurz anschwitzen.
- Rhabarberstangen in etwa 6 cm lange Stücke schneiden und zu den Speck-Zwiebeln in die Pfanne geben.
- Mit dem braunen Zucker, Salz und Pfeffer würzen und Rosmarin sowie Olivenöl zugeben.
- Die dabei entstehende Soße mit einem Esslöffel immer wieder über den Rhabarber gießen (Pfanne schräg halten, dann läuft die Soße schön runter und kann aufgefangen werden).
- Den Rhabarber etwa 5 Minuten lang garen, dann kann der Rosmarinzweig rausgenommen werden.
- Den Rhabarber auf einem Teller anrichten und die Speck-Zwiebel-Würfel darüber geben.
- Den Ziegenkäse entweder in Nocken (Frischkäse) oder in kleine Würfel darauf anrichten.

[Das Bild dazu gibt's hier](#)