

Rhabarbergrütze mit Vanillesauce

Zutaten für 4 Personen:

300 g Rhabarber

1 P Rote Grütze Puddingpulver zum Kochen

200 ml Apfelsaft

100 ml Wasser

1 Ei

250 ml Milch 1,5 % Fett

1 EL Vanillepuddingpulver

Süßstoff



Rhabarber schälen und in kleine Stücke schneiden. In Apfelsaft kochen. Rote Grütze Pulver mit dem Wasser anrühren und den Rhabarber damit binden. Das Ei trennen, Eiweiß steif schlagen und unter die noch heiße Rhabarbergrütze ziehen. Mit Süßstoff abschmecken, in Portionsschalen füllen und kalt stellen. Kalte Milch, Eigelb und Vanillepuddingpulver in einen Topf geben, bei mittlerer Hitze mit dem Schneebesen kräftig aufschlagen. Nach dem Aufkochen von der Herdplatte nehmen, mit Süßstoff süßen und nach dem Abkühlen auf die Rhabarbergrütze geben.

Pro Person:

Energie 95 kcal

Fett 2 g

Kohlenhydrate 16 g

Eiweiß 3 g