

## Rabarber

Rabarber is een winterharde vaste plant uit de duizendknoopfamilie waarvan de bladstelen worden gegeten. Het is een groente die als fruit wordt verwerkt en gegeten. Rabarber bevat veel vitamine K en calcium, magnesium en antioxidanten. De groente werkt laxerend, helpt bij obstipatie en werkt ontstekingsremmend. Je kunt rabarber verwerken tot saus, moes, jam of sap. Het heeft een zurige smaak dus bijvoorbeeld heerlijk te combineren met zoete aardbeien.



### Aardbeien, rabarber moes in de oven met crumble

- Aardbeien, rabarber, suiker, eventueel vanillesuiker

#### Voor de crumble

- 150 gram bloem, 150 gram boter, 150 gram suiker, opgeklopte slagroom voor het garneren.

#### Bereidingswijze:

De rabarber wassen en de bovenkant (blad) en onderkant er af snijden. Met een dunschiller de zijkantjes (draden) eraf snijden en de rabarber in stukjes snijden. Aardbeien wassen en kroontje verwijderen en in grove stukken snijden. De rabarber in een pan met minimaal water op het vuur zetten en aan de kook brengen. Achtjes laten pruttelen en als de rabarber zacht is de aardbeien erbij doen en de suiker naar smaak. Blijven roeren tot alles is opgelost. Daarna pan van het vuur halen.

De crumble: bloem in een bak doen en de boter in stukjes snijden. Suiker toevoegen en dit kneden tot een droge kruimige massa.

De rabarberaardbeien moes in bakjes doen en hier de crumble over verdelen. Vervolgens in een voorverwarmde oven op 175 graden bruin laten worden. Als ze bruin zijn uit de oven halen en af laten koelen. Ondertussen slagroom kloppen en serveren met een toef slagroom.



Bovenstaande recept wordt u aangeboden door:

De Groene Schuur  
Lijkweg 9B  
6923CA Groessen  
Tel. 0316-330718

[www.degroeneschuur.nl](http://www.degroeneschuur.nl)

[www.kokenindekas.nl](http://www.kokenindekas.nl)

e-mail: [info@degroeneschuur.nl](mailto:info@degroeneschuur.nl)