

Informationen zur Sendung vom 24.03.2023

Panna Cotta auf Rhabarber-Confit

Von Ulla Scholz

Zutaten (für 4 – 5 Portionen)

Panna Cotta	Rhabarber-Confit	Außerdem
500 ml Schlagsahne	500 g Rhabarber	Minzblättchen
5 – 6 Blatt Gelatine	1 Tasse Himbeeren (Tiefkühlprodukt)	
1 Vanilleschote	ca. 70 g Kranbeeren	
Schale einer halben unbehandelten Zitrone	50 g brauner Zucker	
50 g Zucker	½ Bio-Zitrone	
Prise Salz	1 Zimtstange	

Zubereitung

Die Sahne in einem Topf füllen. Die Vanilleschote halbieren, das Mark auskratzen und zusammen mit dem Zucker in die Milch geben. Etwas Zitronenschale dazu reiben und alles aufkochen. Währenddessen die Blattgelatine in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken. Den Topf zur Seite ziehen und die Gelatine sorgfältig einrühren. Dann in eine Schüssel mit kaltem Wasser stellen und auf Raumtemperatur abkühlen lassen. Die Sahne durch ein feines Sieb gießen und in passende Portionsförmchen abfüllen. Für drei bis vier Stunden – oder am besten über Nacht – in den Kühlschrank stellen, damit die Masse fest wird.

Für das Confit den Rhabarber waschen und in 1,5 Zentimeter dicke Stücke schneiden. Das "Gemüse" mit den gefrosteten Himbeeren in eine breite Auflaufform füllen. Mit etwas abgeriebener Zitronenschale würzen, den Saft auspressen und angießen. Zuletzt mit Zimtstange und braunem Zucker würzen. Die Form in den Backofen geben und circa 25 Minuten bei 180 Grad garen. Die Rhabarberstücke sollten nicht zu lange garen und schön in Form bleiben. Die Kranbeeren zugeben, alles abkühlen lassen und bis zum Verzehr kaltstellen.

Anrichten

Auf jeden Teller eine Portion Rhabarber geben. Die Panna Cotta aus der Form lösen und auf das Confit stürzen. Mit Minzblättchen garnieren.

Informationen zur Sendung vom 24.03.2023

Panna Cotta auf Rhabarber-Confit

Von Ulla Scholz

Ullas Küchentipps

Mit dem Rhabarber kommt der Frühling auf den Teller

Schön sieht es aus, wenn der Rhabarber mit Erdbeeren oder Himbeeren kombiniert wird. Das verstärkt die rote Farbe. In der Zeit, wo es in der Region noch keine frischen Beeren gibt, greife ich auf Tiefkühlbeeren zurück.

Rhabarber sollten Sie immer mit einem Milchprodukt kombinieren und möglichst nicht roh verzehren. Rhabarber enthält Oxalsäure und die ist ein Kalziumräuber. Milch verhindert das, weil der Rhabarber dann das Kalzium aus der Milch und nicht aus unseren Knochen nimmt.

Erhitzen mindert den Oxalsäure-Gehalt. Rote Sorten sind vorzuziehen, die muss man nicht schälen und sie enthalten weniger Oxalsäure. Rhabarber ist eine typische Frühjahrspeise. Später im Sommer steigt die Oxalsäure und dann wird er nicht mehr geerntet.

Zitronenschale und etwas Zitronensaft machen die Rhabarbersäure fruchtiger.

Botanisch handelt es bei Rhabarber nicht um Obst, sondern um Gemüse.

Panna Cotta – ein italienischer Klassiker

Das Dessert lässt sich auf verschiedene Arten anrichten. Schön und praktisch sind kleine Einmachgläser mit Deckel, die sich gut auf einem Buffet machen. Am besten beim Abfüllen oben etwas Platz lassen. Wenn die Creme fest ist, kommt eine Rhabarberschicht darauf. Den Deckel auflegen und die Panna Cotta in den Kühlschrank stellen bis die Gäste kommen.

Selbstgemachter Vanillezucker

Die ausgehöhlte Vanilleschote teile ich in vier Stücke und gebe sie mit etwas Zucker bedeckt in ein Twist-Off-Glas. Dann ein paar Tage ziehen lassen und dann nutzen. Ganz schnell gelingt Vanillezucker, wenn Sie die Schotenstücke und den Zucker in einem Blitzzerhacker ganz fein mixen.

Bei Gelatine beachten, dass sie immer in kaltem Wasser – Blatt für Blatt – eingeweicht und anschließend ausgedrückt wird. So verteilt sie sich optimal in der heißen Sahne. Leider ist Gelatine kein vegetarisches Lebensmittel. Immerhin bekommt man in gut sortierten Supermärkten Bio-Gelatine. Es gibt auch die Möglichkeit mit Agar-Agar – einem pflanzlichen Bindemittel – der Creme Halt zu geben. Am besten hier nach Packungsangabe arbeiten. Allerdings finde ich das Original mit Gelatine geschmacklich eleganter.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz