

Rhabarber-Schmarren

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.

Schmarren

100g Mehl

2 Prisen Salz

½ Esslöffel Zucker

1 Päckli Vanillezucker

1¾ dl Milch

3 frische Eigelbe

400g Rhabarber, ca. 150 g in feinen Scheiben, Rest in ca. 2 cm langen Stücken, beiseite gestellt

3 frische Eiweisse, steif geschlagen

Bratbutter zum Braten

Kompott

3 Esslöffel Wasser

2 Esslöffel Zucker

beiseite gestellte Rhabarberstücke

wenig Puderzucker zum Bestäuben

1. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Mehl, Salz, Zucker und Vanillezucker in einer Schüssel mischen.
2. Milch und Eigelbe gut verrühren, zum Mehl giessen, glatt rühren.
3. Rhabarberscheiben und Eiweiss sorgfältig unter den Teig ziehen.
4. Bratbutter in einer weiten beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Die Hälfte des Teiges begeben, Hitze reduzieren, Teig ca. 7 Min. backen, bis sich die Unterseite löst und hellbraun ist, sorgfältig wenden. Wenig Bratbutter begeben, ca. 3 Min. fertig backen. Mit 2 Bratschaufeln in kleine Stücke zupfen, warm stellen. Mit dem restlichen Teig gleich verfahren.
5. Bratpfanne mit Haushaltspapier reinigen. Wasser mit dem Zucker und Rhabarber in derselben Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 5 Min. köcheln.
6. Schmarren mit Puderzucker bestäuben, Kompott dazu servieren.

Pro Person: 8g Fett, 10g Eiweiss, 31g Kohlenhydrate, 1001 kJ (239 kcal)

