

Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.
Gesundheitspädagogin (SKA)

Tel. 0190-821975 (1,86 Euro/Min.)

<http://www.gesunde-rezepte.de>

Rhabarbergrütze

680 g Netto Rhabarber
in Stückchen geschnitten

1 El Honig

60 g Kartoffelstärke
etwas kaltem Wasser

mit wenig Wasser garen,
mit
süßen

in
anrühren, in die Rhabarber-
grütze einrühren und unter
Rühren einmal aufkochen
lassen und i. eine Schüssel
geben und erkalten lassen.

Gesamt: 406,4 kcal : 8 = 51 kcal

Dazu: steifgeschlagene Sahne u. frische Erdbeeren