



Bits & Bites of natural food
and adventurous travels

RHABARBER-ZIMT-POLENTAKUCHEN

Zutaten für eine runde Form mit 18 oder 20 cm Durchmesser - im Rezept ist 20 cm angegeben, ich habe einen 18 cm Ring verwendet

- 400 Gramm Bio-Rhabarber
- 40 Gramm Bio-Roh-Rohrzucker
- 4 Esslöffel Wasser
- 125 Gramm grobe Bio-Polenta
- 200 Gramm Weissmehl, Typ 550
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Prise Zimt
- 100 Gramm Bio-Roh-Rohrzucker
- abgeriebene Schale einer Bio-Orange
- 150 Gramm in kleine Stücke geschnittene Butter
- 1 grosses Bio-Ei (Freiland)
- 2 - 4 Esslöffel Milch
- 1 Esslöffel Bio-Roh-Rohrzucker
- Öl oder Butter zum Einfetten

1. Kuchenring mit Butter oder Öl einfetten
2. Backofen auf 180° (Ober-/Unterhitze) vorheizen
3. Rhabarber waschen und in ca. 2 cm breite Stücke schneiden
4. Rhabarber in eine Auflaufform geben
5. den Roh-Rohrzucker drüberstreuen, das Wasser dazugeben und ca. 20 Minuten backen bis der Rhabarber weich ist, aber noch in Form bleibt. Am Besten mit einer Gabel testen
6. Rhabarber in ein Sieb geben und den Saft abtropfen lassen

7. Polenta, Weissmehl, Backpulver, Zimt und Roh-Rohrzucker in eine Schüssel geben
8. abgeriebene Orangenschale und die in kleine Stücke geschnittene Butter dazugeben
9. von Hand alles verreiben, bis die Masse sich wie Brotkrümel anfühlt. Im Buch steht, dass man das auch mit einem Food-Prozessor machen kann. So einen besitze ich leider nicht
10. Ei und Milch in einer Schüssel miteinander verquirlen und zum Brotkrümel-Mix geben
11. ganz kurz miteinander vermischen. Sobald sich die Masse verbindet sofort aufhören. Es soll keinen kompakten Teig im herkömmlichen Sinn geben, sondern immer noch recht krümelig bleiben
12. ca. 2/3 der Masse in den Ring geben, sodass der Boden komplett bedeckt ist. Die Masse ein paar Zentimeter hoch am Ringrand andrücken. Das funktioniert am Besten mit einem bemehlten Löffel
13. abgetropften Rhabarber auf die Masse geben
14. restliche Brotkrümel-Masse auf den Rhabarber streuen. Er muss nicht vollständig bedeckt sein
15. mit Bio-Roh-Rohrzucker bestreuen
16. ca. 45 - 50 Minuten backen
17. den abgetropften Rhabarbersaft sirupartig einkochen und mit dem Kuchen servieren