ADEG
Land aufs Herz.

Rote-Rüben-Rhabarber-Smoothie mit Rosmarin

15 Min. | leicht | 4 Personen

Vegetarisch

Schritt 1

Den Rhabarber schälen und in 2 cm große Stücke schneiden.
Rhabarber mit Zucker und Rosmarinzweigen in einer Auflaufform
mischen und 15 Minuten rasten lassen. Das Backrohr auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Schritt 2

Das Backrohrgitter auf der mittleren Schiene positionieren, die Form mit dem Rhabarber daraufstellen und 15 Minuten backen. Danach entnehmen und komplett auskühlen lassen.

Schritt 3

Den Rhabarber mit dem entstandenen Saft in einen Standmixer
geben. Restliche Zutaten dazugeben und alles 1 Minute auf höchster Stufe kräftig mixen. Anschließend durch ein sehr feines Sieb passieren und in Gläser geben. Mit Beeren und Rosmarin garnieren.

Zutaten

- Für die Smoothies
- 4 Stange Rhabarber
- 50 g Feinkristallzucker
- 2 Zweig Rosmarin
- 500 ml Rote-Rüben-Saft
- 300 ml klarer Apfelsaft
- 250 g Himbeeren

Zum Garnieren

- Rosmarin, diverse Beeren

ADEG Kochtipp

Sie können den Smoothie auch schon am Vortag vorbereiten und über Nacht im Kühlschrank lagern.