

Käes on rabarbriaeg

Noored mahlased rabarbrivarred on köögis universaalne tooraine.

Rabarber võib mitmekülgse kasutamisevõimalusega. Kuigi kõrge oblikhappesisalduse tõttu ei soovitata noori varsi iga päev suurel hulgal süüa, võib neid väiksemas koguses lisada maitseks nii magusatele kui soolastele toitudele. Rabarbrist valmistatakse kastmeid, marinaade, mahla, kalja, veini ja moosi.

Rabarbrikoor oblikhapet ei sisalda. Koorimata rabarברי keetmisel läheb keeduvette väärtuslike aineid vähem, tükid ei lagune ja aroom säilib paremini. Karedas (lupja sisaldavas) vees keetes muutub oblikhape ohutuks ning pisuke soolakogus pehmedab rabarברי tugevat maitset. Meie vanavanemad sõid magustoiduna kisselli ja kuivatatud puuviljadega segakompotti. Vaevalt nad tervislikuma variandi teadlikult valisid. Viimane suundumus eelistab magustoidu valmistamisel ajatatud rabarברי röstimist. Proovige nii ja naa või jääge traditsioonile kindlaks.

Kanavokk rabarbriga

- 3–4 noort rabarbrivart
- 300 g broileriribasid
- 2 sl sojakastet
- 2 tl mett



- 1 sl magusat tšillikastet
- ¼ tl purustatud musta pipart
- 1–2 porgandit
- 2 väikest sibulat koos pealsetega
- 1 punane paprika
- 300 g kabatšokki
- 400 g varajast peakapsast
- õli
- vett

Poolitage rabarbrivarred ja lõigake umbes 5 cm pikkusteks juppideks. Tõstke broileriribad ja tükeldatud rabarber kaussi, maitsestage soja, mee, tšilli ning pipraga. Segage kõik korralikult läbi ja jätke seisma seniks, kuni aedvilju tükeldate. Sibulad peenestage koos pealsetega, aga roheline osa jätke valmis toidule lisamiseks.

Kuumutage pannil paar supilusikatäit õli ning pruunistage selles broiler ja rabarber. Seejärel tõstke need kaussi, lisage pannile pisut õli ja kuumutage esmalt porgand ja sibul. Umbes 5 minuti pärast lisage kabatšokki. Mõne minuti pärast segage hulka kapsaribad. Küpsetage segades umbes 10 minutit, siis lisage broiler ja rabarber ning tükeldatud paprika. Kuumutage veel umbes 5 minutit, kontrollige maitset ja serveerige. Peale rohelse sibula võite lisada ka muud meelepärast maitserohelist.

Sea-sisefilee rabarbrimarinaadis

- 700 g sea-sisefileed
- 2 dl rabarbrilõike
- 1–2 sibulat
- 2–3 küüslauguküünt
- ½ dl sojakastet
- ½ dl õli
- 2 sl punast veini
- ½ tl purustatud musta pipart
- 1 tl kuivatatud või 2 tl värsket rosmariini

Tükeldage liha portsjoniteks. Õhukesed rabarbrilõigud segage sojakastme, õli, veini ja maitseainetega. Hakkige sibul ja küüslauk, lisage rabarbrisegule. Tõstke segu lusikaga lihale ning asetage lihatükid kaanega kaussi või tugevasse kilekotti. Jätke liha ööpäevaks külmikusse maitsestuma. Sel ajal keerake lihatükke paar korda või raputage kilekotti.

Marineeritud liha pühkige paberiga üle ja grillige või röstige ilusaks pruuniks. Keerake pruunistunud lihatükid fooliumisse ja küpsetage veel mõõdukas kuumuses umbes 20 minutit.

Kui soovite, võite marinaadist keeta kastme. Selleks kuumutage väikeses keedunõus marinaadi, lahjendades seda vähese veega. Keetke umbes 10 minutit ja maitsestage suhkruga.

Salatikaste rabarbrist

- 3–4 keskmist noort rabarbrivart
- ½ dl mett
- 1 dl vett
- ½ dl veiniäädikat
- 2 tl riivitud sidrunikoort
- ca ½ dl õli
- ½ tl purustatud musta pipart
- ½ tl soola

Lõigake rabarbrivarred õhukesteks viiludeks ja keetke väheses vees tasasel tulel umbes 5 minutit. Seejärel kallake juurde veiniäädikas, maitsestage sidrunikoorega ning jätkake keetmist veel 5 minutit, kuni pool vedelikust on aurunud. Siis võtke keedunõu tulelt, lisage mesi ja segage kõik hästi läbi.

Jahtunud kastmele lisage natukehaaval õli ja kloppige, kuni kaste on sobivalt paks. Lõpuks maitsestage pipra ja soolaga, kallake purki ning kaanetage see.

Kaste säilib külmikus 2–3 päeva.