

Hühner-Frikassee

für 4 Portionen

- 400 g geschnetzeltes Hähnchenbrust-Filet
- 1 Zwiebel
- 2 Möhren
- 2 EL kalte Butter
- 50 g Mehl
- 1 Glas Gefügel-Fond



- 1 Becher Sahne
- 2 Lorbeer-Blätter
- 6 Champignons
- Salz und Pfeffer
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1 kleines Glas Kapern
- 250 g Langkorn-Reis



Das Wort Frikassee kommt aus Frankreich und bedeutet: klein geschnittenes Fleisch in Soße.

Die Stückchen sind mund-gerecht geschnitten.

In das Frikassee kommt verschiedenes Gemüse:

Zum Beispiel passen auch Spargel oder Erbsen dazu.

Hühner-Frikassee mit Kapern und Champignons



1 Das Hähnchen-Fleisch aus der Verpackung nehmen, in einem Sieb abbrausen und mit Küchen-Papier trockentupfen



7 Den Gefügel-Fond und die Sahne dazugießen, gut umrühren, damit keine Klümpchen entstehen



2 2 Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden



8 2 Lorbeer-Blätter, Salz und Pfeffer dazugeben, mit Deckel 30 Minuten lang bei niedriger Temperatur schmoren lassen



3 Die Haut von 1 Zwiebel entfernen und die Zwiebel grob würfeln



9 Die Champignons mit Küchen-Papier säubern, den unteren Teil vom Stiel abschneiden, dann in dünne Scheiben schneiden



4 Zitrone halbieren und den Saft von einer Zitronen-Hälfte auspressen



10 250 g Reis waschen, danach in einem kleinen Topf mit einem 1/2 Liter Wasser und etwas Salz aufkochen



5 2 EL Butter in einer sehr großen Pfanne erhitzen, dann das Fleisch, die Zwiebel und Möhren darin 5 Minuten lang leicht anbraten



11 Saft von den Kapern abgießen, dann Kapern, Champignon-Scheiben und den Zitronen-Saft zum Frikassee geben



6 50 g Mehl in ein Sieb geben, gleichmäßig darüberstäuben und unterrühren



12 Den Reis bei leichter Hitze quellen lassen, bis das Salz-Wasser fast verkocht und der Reis gar ist – zusammen servieren