

Klassisches Hühner-Frikassee

Für 2 Personen

350 g Hühnerbrust, küchenfertig	250 g Jasminreis	3 Karotten
1 Knolle Sellerie	1 Zitrone, unbehandelt	2 Zwiebeln
200 g Champignons, weiß	200 g Erbsen	250 g Spargel, grün
125 ml Weißwein	500 ml Geflügelfond	2 EL Worcester-Soße
100 g Mehl	100 g Joghurt	250 g Butter
200 g Sahne	1 Lorbeerblatt	6 Nelken
1 TL Curry	Salz	Cayennepfeffer

Die Karotten und den Sellerie schälen, halbieren und in kochendem Wasser blanchieren. Eine Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte mit den Nelken spicken. Anschließend die gespickte Hälfte samt Lorbeerblatt zum Gemüse geben. Die Hühnerbrust waschen, trocken tupfen und ebenfalls dazugeben. Das Ganze bei niedriger Temperatur 15 bis 20 Minuten köcheln lassen. Den Reis, 220 Gramm Butter, Joghurt und etwas Salz in Wasser kurz aufkochen lassen. Danach die Hitze reduzieren, den Reis etwa 15 Minuten ziehen lassen und anschließend abgießen. Eine Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Champignons von den Stielen befreien und vierteln. Die restliche Butter in einem Topf zerlassen, Mehl unterrühren, die Zwiebel und die Champignons hinzugeben. Den Geflügelfond angießen und das Ganze aufkochen lassen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Weißwein, die Worcester-Soße und den Zitronensaft zur Soße geben und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Den Spargel von den Enden befreien. Die Erbsen zusammen mit dem Spargel fünf Minuten in Salzwasser blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Das Hühnerfleisch und das Gemüse abgießen und in kleine Würfel schneiden und unter die Soße heben. Das Ganze mit der Sahne verfeinern. Den Reis abgießen, mit etwas Curry würzen und zusammen mit dem Frikassee auf anrichten.

Stephan Werner am 07. September 2009