

Hähnchen-Filets in Champignon-Rahm

Für 4 Personen

1 Zwiebel	500 g Champignons	3 Lauchzwiebeln
4 Hähnchenfilets	4 Scheiben Bauchspeck	3 EL Öl
Pfeffer, Salz	Paprika edelsüß	400 ml Gemüsebrühe
200 ml Schlagsahne	2 EL Mehl	75 g Gouda, gerieben
250 g Langkornreis		

Zwiebel schälen und würfeln. Champignons putzen, säubern und in Scheiben schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und schräg in Ringe schneiden.

Fleisch waschen und trocken tupfen. Je 1 Scheibe Speck um jedes Filet wickeln.

Backofen auf 175°C vorheizen. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch darin rundherum scharf anbraten, mit Pfeffer würzen und herausnehmen. Einen weiteren EL Öl in der Pfanne erhitzen. Champignons darin unter Wenden anbraten. Zwiebel zufügen, kurz mit anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Mit Brühe und Sahne ablöschen, aufkochen und Mehl einrühren. Nochmals aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken, 2/3 der Lauchzwiebeln einrühren.

Champignonrahm und Fleisch in eine ofenfeste Form geben, Käse darüberstreuen und im vorgeheizten Backofen 20-25 Minuten backen.

Reis in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung zubereiten. Reis abgießen, abtropfen lassen und zurück in den Topf geben.

Auflauf aus dem Ofen nehmen, mit Reis auf Tellern anrichten und mit übrigen Lauchzwiebeln bestreuen.

NN am 11. Januar 2026