

Hühner-Frikassee mit Basmati-Reis und kleinem Salat

Für zwei Personen

Für das Hühnerfrikassee:

| | | |
|--------------------------|----------------------------|----------------------|
| 2 Hähnchenfilets à 200 g | 200 g Basmati-Reis | 150 g weißer Spargel |
| 150 g grüner Spargel | 100 g Mini-Champignons | 50 g Zuckerschoten |
| 1 mittlere rote Zwiebel | 250 ml Sahne | 2 EL Butter |
| 4 EL Butterschmalz | 250 ml Weißwein | 500 ml Geflügelfond |
| Worcester-Sauce | 2 Zweige glatte Petersilie | 2 EL Mehl |
| 1 Muskatnuss | Salz | Pfeffer |

Für den Salat:

| | | |
|-----------------------|-----------------------|----------------------------|
| gemixter bunter Salat | 6 Cocktailtomaten | 1 kleine Gurke |
| 6 Radieschen | 1 kleine rote Zwiebel | 50 g Walnusskerne mit Haut |

Für das Dressing:

| | | |
|----------------------|------------------|---------------------|
| 50 ml Sahne | 150 ml Dickmilch | 1 glatte Petersilie |
| 5 Halme Schnittlauch | Zucker | Salz, Pfeffer |

Für das Hühnerfrikassee:

In einem Topf mit Salzwasser Reis gar kochen.

Fleisch waschen, trocken tupfen und klein schneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Weißer und grüner Spargel waschen. Weißen Spargel schälen, die holzigen Enden abschneiden und zusammen mit dem grünen Spargel klein schneiden. Einen Topf mit 250 ml Fond aufkochen, weißen Spargel hinzugeben und kurz vorkochen. Champignons putzen, von den Enden befreien und vierteln. Zuckerschoten waschen und halbieren. Zwiebel abziehen und klein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Grünen Spargel mit dem Gemüse in einen Topf mit Butterschmalz anschwitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, und mit dem restlichen Fond und mit 100 ml Weißwein ablöschen. Butter in einem Topf erhitzen, Mehl, Muskat und Salz dazugeben und mit kaltem Fond, Sahne und mit dem restlichen Weißwein ablöschen und zu einer Sauce anrühren. Erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gebratenes Gemüse, weißen Spargel, Petersilie und Fleisch hinzugeben und ziehen lassen. Mit Worcester-Sauce abschmecken.

Für den Salat:

Den Salat waschen und trockenschleudern. Tomaten vom Strunk befreien und halbieren. Gurke und Radieschen von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Walnusskerne grob zerhacken. In einer Schüssel anrichten und mit Walnusskernen bestreuen.

Für das Dressing:

Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Dickmilch, Sahne und Kräuter in einer Schüssel vermengen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing über den Salat geben.

Das Hühnerfrikassee mit Basmati und kleinem Salat auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.

Nadine Reise am 08. Mai 2017