

# Sot-l'y-laisse mit Graupen-Risotto, Frikassee-Soße

## Für zwei Personen

### Für die Pfaffenstückchen:

4 Sot-l'y-laisse (Poularde)	50 g Mehl	2 Eier
50 g Pankomehl	Rapsöl	Salz, Pfeffer

### Für die Sauce:

25 g Mehl	25 g Butter	500 ml Hühnerfond
300 ml Sahne	30 ml Champagner	1 Zitrone
Salz	Pfeffer	

### Für das Graupenrisotto:

70 g Perlgraupen, mittel	300 ml Hühnerfond	10 g Butter
20 g Parmesan	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

20 ml Schnittlauchöl	½ Bund Schnittlauch	Schnittlauchblüten
2 braune Champignons	Salz	Pfeffer

### Für die Pfaffenstückchen:

Die Sot-l'y-laisse parieren und halbieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und zunächst durch Mehl, dann durch Ei und zuletzt durch Pankomehl ziehen.

Anschließend 2 Minuten frittieren.

### Für die Sauce:

Butter in einem Topf schmelzen und das Mehl hinzugeben. Fond nach und nach hinzugießen. Kochen lassen und im Anschluss Sahne hinzugeben. Zitronenschale abreiben, anschließend auspressen. Mit Zitronenabrieb und Zitronensaft und Champagner abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen.

### Für das Graupenrisotto:

Butter in einem Topf schmelzen. Graupen hinzugeben und leicht anschwitzen lassen. Mit etwas Fond unter ständigem Rühren ablöschen.

Den restlichen Fond hinzugießen und unter ständigem Rühren weiter köcheln lassen, bis die Graupen al dente sind. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Parmesan abschmecken. Dabei das Risotto schön cremig halten.

### Für die Garnitur:

Champignons in Scheiben schneiden. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Zum Anrichten das Graupenrisotto als Spiegel in einen tiefen Teller geben. Die beiden Hälften des Sot-l'y-laisse anlegen und die Sauce herum angießen. Das Schnittlauchöl auf die Sauce tröpfeln, mit den Champignons und den Schnittlauchspitzen sowie -blüten dekorieren.

Nelson Müller am 19. März 2020