

Champignon-Hähnchen-Rahm-Gulasch mit Kräuter-Reis

Für vier Portionen

Für das Champignon-Rahmgulasch:

300 g braune Champignons	2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
2 Hähnchenbrüste	Salz, Pfeffer	1 El Mehl
2 El Butterschmalz	2 cl Cognac	200 ml Geflügelbrühe
200 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Zitrone	1-2 TL Worcestershiresauce
1 Brokkoli	30 g Butter	30 g Mandelblättchen
Muskatnuss		

Für den Kräuterreis:

200 g Basmatireis	1 Bund Kräuter	30 g Butter
Salz		

Champignons putzen und halbieren, Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Hähnchenbrüste in Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch darin von allen Seiten braun anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen. Die Champignons, Zwiebeln und den Knoblauch in die Pfanne geben und ebenfalls darin anbraten. Ggf. noch etwas Butterschmalz zufügen, Pilze mit Salz und Pfeffer würzen. Bratensatz mit Cognac ablöschen, Brühe und Sahne zugeben und einmal aufkochen lassen. Bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten köcheln lassen. Das Fleisch mit dem Fleischsaft zusammen zugeben. Alles mit etwas Zitronensaft und Worcestershiresauce würzen. Nach Bedarf salzen und pfeffern. Brokkoli putzen, waschen und in Röschen teilen. In reichlich kochendem Salzwasser bissfest kochen, abgießen und gut abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne schmelzen, Mandelblättchen darin bräunen und mit Salz und Muskat würzen, den Brokkoli zufügen und unterschwenken. Reis mit 450 ml Wasser und $\frac{1}{2}$ TL Salz in einen Topf geben und einmal aufkochen, Deckel schließen und auf kleinster Stufe 15-18 Minuten ausquellen lassen. In der Zwischenzeit die Kräuter abrausen, trocken schütteln und klein hacken. Butter in einer Pfanne bräunen und über dem Reis verteilen. Gehackte Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Reis und den Brokkoli mit der Mandelbutter auf Tellern verteilen und das Rahmgulasch dazu anrichten.

Horst Lichter am 18. Mai 2013