

## Schnelles Hühner-Frikassee mit Curry-Pilaw

### Für 4 Personen:

2 einzelne Hühnerbrüste	250 g Basmatireis	1-2 TL Madras-Currypulver
150 g TK-Erbesen	1 Bund Grüner Spargel	1 Stk. Lauch (nur das Grüne)
0,2 l Weißwein	ca. 0,75 l Hühnerfond	1 EL Speisestärke
Salz, weißer Pfeffer	mildes Erdnussöl	1 EL Butter

Erdnussöl in einem Topf erwärmen, Basmati-Reis und gewünschte Menge Currypulver hinzugeben und unter Rühren goldgelb anschwitzen, dann mit so viel Hühnerfond begießen, dass der Reis etwa fingerbreit bedeckt ist. Zum Kochen bringen, dann den Deckel aufsetzen und bei ganz kleiner Hitze für ca. 15 Minuten fertig garen.

Hühnerbrüste von der Sehne befreien, in Streifen schneiden und zur Seite stellen.

Spargel waschen, die harten Enden abbrechen, in Stücke schneiden, das Grüne vom Lauch in Ringe schneiden und beides in einer großen Pfanne anschwitzen. Anschließend das Hühnerfleisch kurz mit anschwitzen, dabei die Stücke wenden und anschließend mit Weißwein ablöschen, etwas Hühnerfond dazugeben und kurz reduzieren, dabei die Erbsen mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Butter unterheben.

Bei Bedarf die Sauce mit etwas aufgelöster Speisestärke abbinden.

Hühnerfrikassee und Pilaw-Reis auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Freitag am 18. Januar 2020