

Hähnchen-Lauch-Eintopf

Für vier Portionen

| | | |
|-----------------------------|--------------------------|---------------------|
| 2 Stangen Lauch | 150 g dicke weiße Bohnen | 400 g Hähnchenfilet |
| 125 g Zuckerschoten | 30 g Butter | 500 ml Gemüsefond |
| 2 Stiele Estragon | 150 g Schlagsahne | 100 g Bacon |
| 2 Stangen Frühlingszwiebeln | Salz, Pfeffer | |

Den Lauch putzen, waschen und in einen Zentimeter dicke Ringe schneiden. Die Bohnen in ein Sieb geben, unter kaltem Wasser kurz abspülen und gut abtropfen lassen. Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Die Zuckerschoten waschen und halbieren. Die Butter in einem Topf erhitzen. Das Hähnchenfleisch darin drei bis fünf Minuten rundherum goldbraun anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Nun den Lauch und die Zuckerschoten zugeben und weitere zwei bis drei Minuten braten. Mit Brühe ablöschen und einmal aufkochen. Zuletzt die Bohnen zugeben und nochmal drei bis fünf Minuten köcheln lassen. Den Estragon waschen, trocken schütteln und die Blättchen klein hacken. Danach mit der Sahne zum Eintopf geben und nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Bacon kleinwürfeln und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun und knusprig braten. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Eintopf in tiefen Suppenschalen anrichten und je einen Esslöffel knusprigen Speck darauf geben. Mit den Frühlingszwiebeln bestreuen.

Horst Lichter am 19. Oktober 2013