



Kochen

Ludwig Heer

Montag, 01.04.2025

Hühnerfrikassee mit Erbsen, Pilzen und Butterreis

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Fondansatz

2 Karotten
100 g Knollensellerie
2 Petersilienwurzeln (mittelgroß)
1 Stange Lauch (mittelgroß)
1 Hähnchen (ca. 1,2 kg)
3 Bio-Zwiebeln
etwas Pflanzenöl zum Braten
1 TL Wacholderbeeren
1 TL Pimentkörner
4 Lorbeerblätter
4 Gewürznelken
etwas Salz

Für das Frikassee

25 g Butter (gekühlt)
25 g Mehl
50 g Champignons, braun oder weiß
etwas Pflanzenöl zum Braten
100 g Erbsen, TK
100 ml Milch
etwas Salz
etwas Pfeffer

Für den Butterreis

250 g Langkornreis
etwas Salz
40 g Butter

Zubereitung:

1. **Für den Fondansatz** Karotten, Sellerie und Petersilienwurzeln schälen und abbrausen. Lauch putzen, abbrausen (Das Gemüse ganz lassen, nicht klein schneiden). Vorbereitetes Gemüse in einen großen Topf geben. Hähnchen trockentupfen und zugeben.
2. Zwiebeln ungeschält halbieren. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln auf den Schnittflächen darin sehr dunkel anrösten.
3. Zwiebeln und Gewürze zum Hähnchen in den Topf geben, mit Wasser knapp bedecken, ca. 1 ½ TL Salz zugeben und alles bei mittlerer Hitze aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.
4. Nach ca. 10 Minuten Garzeit den Lauch aus der Brühe heben, etwas abkühlen lassen und in Ringe schneiden.
5. Nach weiteren 10 Minuten Karotten, Sellerie und Petersilienwurzeln aus der Brühe heben und in Stücke schneiden.
6. Hähnchen weitere ca. 20 Minuten gar köcheln lassen. Dann das gegarte Hähnchen aus dem Topf heben, etwas abkühlen lassen.
7. Fleisch und Haut von den Knochen lösen und in mundgerechte Stücke schneiden.
8. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, die Hähnchenhaut darin knusprig braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen.
9. Die Brühe durch ein feines Sieb passieren, 500 ml davon abmessen.



10. **Für den Butterreis** Reis mit kaltem Wasser spülen, abtropfen lassen und nach Packungsanleitung in Salzwasser garen.

11. **Für das Frikassee** kalte Butter und Mehl glatt verkneten, kühl stellen.

12. Champignons putzen, in Stückchen schneiden. Etwas Öl in einem Topf erhitzen, die Pilze darin heiß anbraten. Erbsen, Milch und abgemessene Brühe zugeben und aufkochen.

13. Dann die Mehlbutter in Stückchen unter ständigem Rühren zugeben und etwas alles noch kurz köcheln und andicken lassen.

14. Hähnchenfleisch und vorbereitetes Gemüse unter die Soße mischen und nochmals kurz aufkochen. Frikassee mit Salz und Pfeffer abschmecken, bei kleiner Hitze kurz warm halten.

15. Reis evtl. abtropfen lassen, zurück in den Topf geben. Butter zugeben, schmelzen lassen und alles durchmischen.

16. Butterreis, Frikassee und knusprige Hühnerhautchips anrichten.