



Frikassee vom Hähnchen mit Petersilienreis

ZUTATEN:

FRIKASSEE

- 500 g Filets von der Hähnchenbrust (ohne Haut)
- 700 ml guter Geflügelfond
- 50 ml trockener Weißwein
- 50 g Butter
- 1 EL Mehl
- 2 sehr fein gewürfelte Schalotten
- 100 g feine Erbsen (TK)
- 100 g gewürfelte Karotten
- 150 g Spargel, geschält und in 2 cm Stücke geschnitten (außerhalb der Spargelzeit notgedrungen TK)
- 100 ml Sahne
- 1-2 EL Crème fraîche
- 1 Eigelb
- 1 – 2 Spritzer Zitronensaft
- Meersalz, weißer Pfeffer aus der Mühle

PETERSILIENREIS:

- 2 Tassen Basmatireis
- 4 Tassen Wasser
- 25 g Butter
- ½ TL Salz
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 Bund glatte Petersilie, gehackt

1 FRIKASSEE : Geflügelfond aufkochen. Die Hähnchenfilets 8 Minuten im heißen Fond pochieren. Warm halten. 100 ml vom Fond abnehmen, Karottenwürfel dazu geben, 5 Minuten köcheln lassen, Erbsen und Spargel dazu geben und weitere 5 Minuten köcheln. Den Garfond des Gemüses durch ein Sieb wieder zurück zu den Hähnchenfilets geben. Gemüse beiseite stellen.

2 In einem Topf Butter auslassen, die klein gewürfelten Schalotten zugeben und glasig dünsten, mit Weißwein ablöschen und vollständig reduzieren. Mehl einstreuen und eine helle Schwitze bereiten. Die Hähnchenfilets aus dem Fond heben, zugedeckt beiseite stellen und nach und nach unter ständigem Rühren Geflügelfond zugießen, bis eine glatte, sämige Sauce entsteht. 15 Minuten gut durchkochen lassen. Ab und zu umrühren. Gegebenenfalls Fond zugießen. In dieser Zeit parallel Reis vorbereiten (siehe unten).

3 8 Minuten vor Ende der Garzeit des Reises in die Frikassee-Sahne und Crème fraîche einrühren. Die Hähnchenfilets würfeln und diese mit dem abgetropften Gemüse zur Sauce geben. Das Eigelb mit 3 EL Geflügelfond verquirlen und in das Frikassee rühren. Die Sauce darf zu diesem Zeitpunkt keinesfalls mehr kochen!! Mit einem Spritzer Zitronensaft und Weißwein sowie frisch gemahlene weißen Pfeffer, gegebenenfalls mit etwas Meersalz nach Gusto abschmecken.

4 PETERSILIENREIS : Reis waschen, mit kaltem Wasser bedecken und 15 Min. quellen lassen. Danach in einem Sieb abtropfen lassen. Vier Tassen Wasser mit Butter, Salz und Zitronensaft in einem Kochtopf erhitzen, Reis dazu geben und 10 Minuten mit geringer Hitze sanft köcheln lassen. Gelegentlich behutsam umrühren. Nach dieser Zeit den Topf mit einem Deckel verschließen und noch 5 Minuten ausquellen lassen. Reis vorsichtig mit einer Gabel auflockern und die gehackte Petersilie unterheben.

5 Frikassee und Reis auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem Wein, der zum Kochen verwendet wurde, servieren. In diesem Fall war es ein trockener Riesling aus der Pfalz. Dazu gab es noch einen kleinen grünen Salat mit Küchenkräutern, der mit einem French Dressing angemacht wurde.

Dieses Rezept ist ein Service von www.feine-kueche.jimdo.com