

Kochen

Martin Gehrlein

Montag, 03.09.2018

Ein Huhn - fünf Gerichte

Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen mit Salbeirisotto Für 2 Personen

Für das Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen

2 Hühnerkeulen (gegart, à ca. 250 g)
150 g Champignons, klein
500 ml Hühnerbrühe
100 ml Weißwein
2 Ei Butter, (30 g)
2 Ei Mehl, (30 g)
50 g Schlagsahne
200 g TK-Erbsen
Salz
Pfeffer
0,5 Zitrone, Saft davon
2 Stiele Estragon

Für das Salbei-Risotto

1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
6 Salbeiblätter, groß (30 g)
2 Ei Olivenöl
150 g Risotto-Reis (Arborio)
100 ml Weißwein
500 ml Hühnerbrühe
20 g Butter
40 g Parmesan, gerieben
Salz
Pfeffer

Zubereitung

- Für das Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen** Von den Keulen das Fleisch abzupfen und evtl. klein schneiden. Die Brühe und Wein in einem Topf aufkochen lassen. Champignons putzen und ganz lassen.
- Butter in einem Topf schmelzen. Mehl unterrühren und aufschäumen. Brühe nach und nach zugießen und aufkochen lassen.
- Sahne und Champignons zugeben und ca. 5 Minuten garen. Erbsen und Fleisch zugeben und weitere ca. 5 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Estragonblättchen abzupfen, fein schneiden und mit dem Frikassee anrichten. Dazu passt Reis.
- Für das Salbei-Risotto** Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Salbeiblätter quer in Streife schneiden.
- Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten. Salbei zugeben und 1 Minute mitbraten.
- Reis unterrühren. Mit Wein ablöschen. Unter rühren einkochen lassen.
- Dann nach und nach die heiße Brühe unterrühren und ca. 25 Minuten bissfest garen. Immer wieder umrühren.
- Anschließend Butter und 20 g Käse unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Risotto mit dem übrigen Parmesan servieren.



Tipp: wer Innereien mag, brät klein geschnittenes Herz und Leber sowie Fleisch von Flügeln und Hals in 2 EL Olivenöl an und gibt die Stücke mit Butter und Käse unter das Risotto.

