

Kochen

Martin Gehrlein

Mittwoch, 17.01.2024

Hühnerfrikassee mit Safran-Mandel-Reis

Für 4 Personen

Zutaten

Für die Hühnerbrühe

1 Huhn (Bio-Qualität, ca. 1,7 kg)
1 Zwiebel
1 Bund Suppengemüse
125 ml Weißwein, alternativ
50 ml Weißweinessig und
100 ml Wasser
2 L Wasser, kalt
etwas Salz
10 Pfefferkörner
6 Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter

Für den Safran-Mandel-Reis

200 g Langkornreis
etwas Salz
60 g Mandelblättchen
1 Pk. Safranfäden
(0,1 g, ersatzweise
etwas gemahlener Kurkuma)
3 EL Wasser

Für das Frikassee

300 g Champignons
250 g Karotten
50 g Butter
60 g Weizenmehl (Type 405)
800 ml Hühnerbrühe
2 TL Estragon, getrocknet
200 g Erbsen, TK
200 g Sahne
etwas Pfeffer
etwas Salz
2 EL Zitronensaft



Zubereitung:

1. **Für die Hühnerbrühe** das Huhn innen und außen abbrausen und trockentupfen
2. Ungeschälte Zwiebel halbieren und auf der Schnittfläche in einem großen Topf bei starker Hitze schwarz anbraten, ohne zu wenden.
3. Inzwischen Suppengrün abbrausen, trocknen, ungeschält klein schneiden und zu den Zwiebeln geben.
4. Huhn auf das Gemüse legen und sofort den Wein und das Wasser und 1 EL Salz zugegeben und bei starke Hitze offen aufkochen.
5. Pfeffer, Wacholder und Lorbeer zugeben und mit leicht geöffneten Deckel 2 Stunden kochen.
6. Huhn mit einer Schaumkelle vorsichtig aus der Brühe heben und auf einem großen Teller abkühlen lassen.

7. Brühe durch ein Sieb in einen Topf gießen und beiseite stellen. Das Huhn von Haut und Knochen lösen.
8. Ausgelöstes Fleisch in Stücke schneiden.
9. **Für den Safran-Mandel-Reis** den Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen und abtropfen lassen.
10. Mandelblättchen in einer großen Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.
11. Pfanne von der Kochstelle nehmen, Safran, Wasser und Butter unterrühren und den Reis untermischen.
12. **Für das Frikassee** die Pilze putzen und eventuell halbieren. Karotten putzen, schälen, abbrausen und trocknen. Karotten in 1 cm dicke Stücke schneiden.
13. Einen Teil der Brühe (ca. 200 ml) in einem kleinen Topf aufkochen. Champignons darin etwa 2 Minuten vorkochen.
14. Butter in einen Topf geben und zerlassen. Mehl darüberstäuben und unter Rühren im Fett andünsten. Nach und nach die übrige Brühe dazugießen und dabei ständig mit einem Schneebesen rühren, damit keine Klümpchen entstehen.
15. Karottenstücke und Estragon in die Soße geben und bei milder Hitze 6 Minuten kochen. Pilze mit dem Sud dazugeben und weitere 4 Minuten kochen.
16. Hühnerfleisch und die Erbsen dazugeben und in der Soße einmal kurz aufkochen lassen.
17. Sahne in die Soße rühren und alles nochmals erhitzen. Das Hühnerfrikassee mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Mit dem Safran-Mandel-Reis anrichten.

Tipp: Für einen zusätzlichen Knusperereffekt aus **knuspriger Haut** als erstes vorsichtig die Haut vom Fleisch lösen und mit der Fleischseite nach unten in eine große beschichtete Pfanne legen. Backpapier darauflegen und mit einem Topf oder einer Pfanne beschweren. Hähnchenhaut bei mittlerer Hitze 5-10 Minuten knusprig braten. Anschließend auf Küchenpapier legen. Abgekühlt in Stücke brechen und auf das angerichtete Frikassee streuen.

Tipp: Wer das Huhn noch perfekter garen möchte, teilt das Huhn (oder lässt es teilen) und gart die Keulen zuerst und gibt das Brustfleisch ca. 30-40 Minuten später dazu. Wer Röstaromen für die Pilze möchte, brät diese ca. 1-2 Minuten sanft an. Das Gemüse aus der Brühe evtl. kleinschneiden und mit zum Frikassee geben.