

Vorkoster | Hühnerfrikassee

Zutaten:

- 1 Suppenhuhn
- 2 Liter Wasser
- 200 ml Sahne
- 1 Zitrone
- 1 Schuss Tabasco
- 5 Stangen grüner Spargel
- 100 g grüne Erbsen
- 100 g Parmesankäse
- 1 Bund Suppengrün
- 1 Bund Petersilie gehackt
- 80 g Butter
- 40 g Mehl
- Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer
- Zitronensaft

Zubereitung

Bouillon:

Für den Geschmack ist es wichtig, dass die Brühe langsam angesetzt wird. Daher das kalte Huhn in kaltes Wasser geben und bei kleiner Hitze langsam aufkochen. Das Auskochen des Huhns dauert etwa 2 Stunden. Suppengrün, bestehend aus Karotten, Sellerie und Lauch, putzen, kleinschneiden und mit in den Topf geben.

Sauce:

Für eine klassische Mehlschwitze Butter in einem Topf leicht anbräunen. Das Mehl darin anschwitzen, mit Sahne und etwa 500 ml Brühe auffüllen. Als frische Würze ein Spritzer Zitronensaft, geriebene Zitronenschale und ein paar Tropfen Tabasco dazugeben. Die Flüssigkeit reduzieren lassen.

Fertigstellung:

Das Suppenhuhn aus der Brühe heben. Das Huhn ist gar, wenn sich das Fleisch ganz leicht vom Knochen löst. Für das Frikassee eignet sich besonders das zarte Brustfleisch. Die Haut entfernen und das Fleisch in kleine Stücke schneiden.

Zur Sauce kommen geschälte und geschnittene Spargel und die Erbsen. Zum Schluss das Fleisch dazugeben. Dann mit Petersilie, Salz und Pfeffer würzen. Als besondere Note Parmesan drüber reiben, untermischen und servieren.

Rezept: Björn Freitag

Quelle: Der Vorkoster vom 18.04.2011