

Hühnerfrikassee vom Suppenhuhn mit Basmati-Reis

Zutaten für 4 Personen:

1 Suppenhuhn
200 ml Hühnerbrühe
250 - 300 g Basmatireis
4 Stangen Spargel
12 Egerlinge oder Champions
2 Stangen Sellerie
100 g TK Erbsen
2 Frühlingszwiebeln
2 Tl Speisestärke
Prise Zucker
Saft von 1 Zitrone
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 El Erdnussöl
2 El gehackter Koriander

Zubereitung: Vom Suppenhuhn die Haut entfernen, Keulen und Brüste auslösen und klein schneiden. Spargel schälen, in kleine Stücke schneiden und in der Pfanne mit Erdnussöl anschwitzen. Champignons putzen, vierteln und mit in die Pfanne geben. Stangensellerie waschen, an der Vorderseite die Fäden ziehen, klein schneiden und ebenfalls mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit einigen Spritzern Zitronensaft ablöschen. Frühlingszwiebeln klein schneiden und zusammen mit den Erbsen in die Pfanne geben und dann mit der Hühnerbrühe ablöschen und für 5 min. köcheln lassen. Parallel Basmatireis waschen, in einem Topf mit 1 Prise Salz und einem daumenbreit Wasser über der Reisschicht zum Kochen bringen. Herd auf Minimum drehen, Topf mit Deckel zudecken und Reis garziehen lassen (saugt das ganze Wasser auf). Stärke mit kaltem Wasser auflösen und nach und nach davon etwas in die Pfanne geben und noch einmal sanft aufkochen lassen bis diese bindet, dann runter drehen. Das Hühnerfleisch dazugeben und warm ziehen lassen. Reis mit Hühnerfrikassee anrichten und mit Koriander und mit Zitronenresten garnieren.

