

Hühnerfrikassee

Zubereitung

Huhn waschen und trocken tupfen. Zwiebel schälen und mit Nelken sowie Lorbeerblatt spicken. Huhn zusammen mit der gespickten Zwiebel in einen großen Topf geben. Dann das Suppengrün putzen, waschen, Karotte und Sellerie schälen, alles in Stücke schneiden und ebenfalls hinzufügen. Topf aufkochen. Sobald sich der dunkle Schaum an der Oberfläche verfestigt hat, mit Wasser auffüllen, sodass das Huhn gut bedeckt ist, salzen und langsam diesen vorsichtig mit einer Schaumkelle abschöpfen. Die Suppe zugedeckt bei geringer Hitze ca. 1 1/2 Stunden kochen. Das ausgekochte Gemüse entfernen. Huhn abkühlen lassen, Haut abziehen, Anschließend die Brühe durch ein Sieb gießen, auffangen und beiseite stellen. Fleisch von den Knochen lösen und klein schneiden. in einem Topf zerlassen und Mehl zügig einrühren. Mit Sahne sowie ca. 500ml Hühnerbrühe auffüllen und unter Rühren aufkochen. Bei geringer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Das Hühnerfleisch zugeben und wieder heiß werden lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Honig und frisch geriebenem Meerrettich abschmecken.

Dazu schmecken Reis und Worcestersauce.

FÜR 4 PORTIONEN
Zutaten
1 Suppenhuhn
1 Zwiebel
2 Nelken
1 Lorbeerblatt
1 Bund Suppengrün
(Karotte, Lauch, Knollen
Sellerie, Petersilie)
Salz
2 EL Butter 1 EL Mehl
200 ml Sahne
Pfeffer Butter
Saft von 1/2 Zitrone
1 TL Honig
4 EL frisch geriebener
Meerrettich

Tipp Statt eines Suppenhuhns können Sie auch ca. 750g bereits fertig gekochtes Hühnerfleisch verwenden. Schneiden Sie das Fleisch klein & geben Sie es zum Heiß werden in die fertige Sauce.

Aus dem Buch "Die besten Rezepte vom Lande"