



Selbstgemachtes Hühnerfrikassee mit Gemüse



Zutaten

| Menge | |
|----------------|------------------------------------|
| 2 | Hähnchenbrüste |
| 1 | große Karotte |
| 1 | Lorbeerblatt |
| 5 | Pfefferkörner |
| 1 großer EL | Butter |
| 1,5 Liter | Geflügelbrühe |
| 200 ml | Sahne |
| 250 g | braune Champignons |
| | Salz |
| | schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen |
| 2 | Hähnchenkeulen |
| 1 gehäufter EL | Mehl |
| 1 Handvoll | Erbsen, TK |
| 1/2 | unbehandelte Zitrone |

Tipp

Zu unserem leckeren Hühnerfrikassee kannst super Reis oder auch Kartoffeln essen.

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Min + 40 Min. Garzeit

pro Portion: 2527 kJ, 604 kcal, 11,2 g Kohlenhydrate, 53 g Eiweiß, 40,1 g Fett, 240 mg Cholesterin, 3,3 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

Zubereitung

Hast du Hühnerfrikassee in deiner Kindheit auch so gerne gegessen? Dann schau dir unbedingt an, wie du das Ganze auch Selbermachen kannst! In unser Hühnerfrikassee kommen neben dem Hähnchenfleisch auch Erbsen, Möhren und Champignons hinein. Eine cremige Soße darf natürlich auch nicht fehlen. Wir können gar nicht genug von unserem Hühnerfrikassee bekommen. Das Rezept ist wirklich super einfach, so geht's:

Step 1:

Zuerst musst du die Brühe zusammen mit dem Lorbeerblatt und den Pfefferkörnern in einem Topf erhitzen. Dann zuerst die Keulen hineinlegen und bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten ziehen lassen. Danach die Brüste dazugeben und alles für weitere 20 Minuten garen lassen. Anschließend das Hähnchen aus der Brühe nehmen, abkühlen lassen und das Fleisch von Haut und Knochen lösen. Das Fleisch kannst du in kleine Stücke schneiden. Die Brühe durch ein Sieb gießen und ca. 500 ml davon abmessen.

Step 2:

Die Pilze kannst du putzen und vierteln und die Karotte in kleine Würfel schneiden. Nun die Butter in einem großen Topf schmelzen lassen. Dann das Mehl darüberstäuben und kurz unter Rühren anschwitzen. Nach und nach unter ständigem Rühren die Brühe dazugeben. Nun die Karottenwürfel und die Pilze hinein geben. Alles weitere 4 Minuten köcheln lassen. Dann kannst du die Sahne einrühren und die Soße mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft sowie etwas Zitronenabrieb abschmecken und alles nochmals für 5 Minuten kochen. Zum Schluss das Fleisch und die Erbsen in die Soße geben und alles noch einmal aufkochen.

Step 3: