



Zartes Hühnerfrikassee mit buntem Gemüse auf Langkornreis

Zutaten für das Hühnerfrikassee:

- 4 Hähnchenbrustfilets, in mundgerechte Stücke geschnitten
- 2 Möhren, gewürfel
- 2 Selleriestangen, gewürfelt
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 200 g Champignons, in Scheiben geschnitten
- 3 EL Butter
- 3 EL Mehl
- 500 ml Hühnerbrühe
- 200 ml Sahne
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Estragon
- Saft einer halben Zitrone
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zutaten für den Reis:

- 300 g Langkornreis
- 600 ml Wasser
- Salz

Anleitung:

1. Reis:

- Den Reis in einem Topf mit 600 ml Wasser und einer Prise Salz kochen

2. Hühnerfrikassee:

- In einem großen Topf die Butter bei mittlerer Hitze schmelzen.

- Die gehackte Zwiebel, Möhren und Sellerie hinzufügen und einige Minuten anschwitzen bis sie weich sind
- Die Hähnchenbruststücke hinzufügen und anbraten
- Das Mehl über das Fleisch und Gemüse streuen und gut umrühren, um eine Mehlschwitze zu bilden.
- Die Hühnerbrühe nach und nach unter Rühren hinzufügen, bis eine cremige Sauce entsteht.
- Die Sahne, Lorbeerblatt, Estragon und Champignons hinzufügen. Alles gut verrühren und etwa 15-20 Minuten köcheln lassen, bis das Hühnerfrikassee eindickt.
- Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Servieren:

- Das Hühnerfrikassee über den gekochten Reis gießen und servieren.