



Hühnerfrikassee

Zutaten (für 2 Portionen):

400 g Hähnchenbrustfilet
2 EL Butter
Salz , Pfeffer
1 Küchenzwiebel
1 EL Mehl
100 ml Weißwein
400 ml Gemüsebrühe
4 Frühlingszwiebeln
4 große weiße Champignons
500 g Sahne
1 unbehandelte Zitrone
2 EL Crème fraîche
2 TL Sojasauce

Hähnchenfilets in Streifen schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Hähnchenstreifen hineingeben, mit Salz und Pfeffer würzen und im heißen Fett bei mittlerer bis hoher Hitze kurz anbraten. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Hähnchen mit etwas Mehl bestäuben, kurz umrühren und Fleisch aus der Pfanne nehmen.

Dann 1 EL Butter in die Fleischpfanne geben, Zwiebel dazugeben und bei mittlerer Hitze leicht anschwitzen. Etwas Mehl darüberstäuben, mit Weißwein ablöschen. Gemüsebrühe dazugießen. Hitze hochziehen und Gemüsebrühe einkochen lassen.

Währenddessen Frühlingszwiebel und Pilze putzen. Frühlingszwiebel in Ringe und Pilze in Würfel schneiden. Sahne in die Pfanne gießen. Mit Gewürzsalz würzen. Frühlingszwiebeln und Pilze dazugeben, Sauce kurz einkochen lassen. Fleisch dazugeben.

Zitronenschale darüberreiben. 2-3 Spritzer Zitronensaft und Crème fraîche dazugeben und unterrühren.

Frikassee anrichten und mit Sojasauce beträufeln.

Statt der Frühlingszwiebeln kann man auch eine kleine Dose Erbsen dazugeben. Als Beilage passt am Besten Reis.