Rezept

Hähnchenfrikassee mit Erbsen und Champignons

Ein Rezept von Hähnchenfrikassee mit Erbsen und Champignons, am 24.05.2025

Zutaten

1	doppelte Hähnchenbrust am Knochen (ca. 400 g)
5	schwarze Pfefferkörner
2	Schalotten
150 ml	Sojacreme (zum Kochen und Verfeinern)
150 g	kleine Champignons
	Pfeffer aus der Mühle
2 TL	Zitronensaft
400 ml	Geflügelfond (aus dem Glas)
1	Lorbeerblatt
	Salz
1/2 Bund	Suppengemüse
120 g	Parpoiled-Reis
300 g	junge TK-Erbsen
	frisch geriebene Muskatnuss
1 EL	kleine Petersilienblätter zum Garnieren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 650 kcal

Zubereitung

1. Hähnchenbrust häuten und kurz kalt waschen. Mit Fond, 200 ml Wasser, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern in einem Topf aufkochen. Leicht salzen und köcheln lassen.

2. Inzwischen die Schalotten schälen und längs halbieren. Das Suppengemüse waschen, schälen oder putzen und in grobe Stücke schneiden. Zum Fleisch geben und alles zugedeckt 35 Min. köcheln lassen.

3. Hähnchenbrust aus dem Fond nehmen und beiseitelegen. Fond durchsieben und auffangen. Vom Fond knapp 375 ml abmessen, in einen breiten Topf gießen. Sojacreme einrühren, aufkochen und bei starker Hitze ohne Deckel in etwa 15 Min. auf knapp 300 ml sämig einkochen lassen.

4. Inzwischen den Reis nach Packungsangabe garen. Währenddessen die Champignons mit feuchtem Küchenpapier behutsam abreiben, die Stielenden abschneiden und die Pilze eventuell halbieren. Hähnchenfleisch vom Knochen lösen und in mundgerechte Stücke schneiden.

5. Die Pilze zum eingekochten Fond geben und 5 Min. leicht kochen lassen. Die Erbsen und das Hähnchenfleisch unterrühren. Wieder aufkochen und noch 3-4 Min. kochen lassen. Das Frikassee mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Zitronensaft abschmecken. Mit dem Reis auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Petersilie garniert servieren.