

# Frikassee vom Landhuhn, Spargel mit Champignons, Reis

**Für zwei Personen**

**Für das Frikassee:**

1 ausgelöstes Landhuhn	2 Stangen grüner Spargel	2 Stangen weißer Spargel
100 g weiße Champignons	1 Schalotte	125 ml trockener Weißwein
1 Lorbeerblatt	500 ml Geflügelfond	500 g Sahne
1 EL Crème-fraîche	$\frac{1}{2}$ Zitrone (Abrieb)	1 Zweig Estragon
1 Zweig Kerbel	100 g Butter	2 EL Rapsöl
Meersalz		

**Für die Champignons:**

8 Braune Champignons	1 EL Butter	Rapsöl
Salz	Pfeffer	

**Für den Reis:**

200 g Basmati	Salz
---------------	------

**Für das Frikassee:**

Das Huhn oder Veggie Filetstück in mundgerechte Stücke schneiden. Spargel waschen, trocken tupfen, im unteren Drittel schälen, die Enden abschneiden und die Stangen in mundgerechte Stücke schneiden. Champignons putzen und in achtel schneiden. Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Butter und Olivenöl in einem Topf schmelzen lassen und Champignon mit Schalottenwürfeln und den Hühnerstücken darin anschwitzen. Hühnerstücke und Champignons herausnehmen und den Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen, Lorbeerblatt hinzufügen und das Ganze stark einreduzieren. Geflügelfond angießen, zugießen, den Spargel darin bissfest garziehen lassen, dann den Spargel herausnehmen. Die Sauce nochmals reduzieren, bis die Flüssigkeit fast vollständig verkocht ist. Sahne angießen und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Das Lorbeerblatt entfernen, die Sauce mit einem Stabmixer aufmixen und durch ein feines Sieb passieren, mit der Crème fraîche binden und mit Salz abschmecken. Abschließend Hühner- und Spargelstücke sowie Champignons in der Sauce erwärmen. Estragon und Kerbel abbrausen, trocken wedeln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Das Frikassee mit dem Zitronenabrieb und den Kräutern abschmecken.

**Für die Champignons:**

Die Champignons putzen und in ein wenig Rapsöl in einer Pfanne leicht anbraten. Butterflocke dazu geben und mitschwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Reis:**

Den Reis in einem Topf mit der doppelten Menge an Salzwasser gar kochen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nelson Müller am 18. Mai 2018