

Hühnerfrikassee

Zutaten:

1200 g Hähnchen-Teile (Oberschale), 1 Zwiebel, 1 Möhre, 800 ml Wasser, Pfeffer-, Piment-, Wacholderkörner, Salz, Muskat, 2 Lorbeerblätter, etwas Zitronensaft, 1 Prise Zucker, Thymian

für die Mehlschwitze:

40 g Mehl, 40 g Butter

Zubereitung:

Die Hähnchenteile mit allen Zutaten (außer Zitronensaft, Muskat, Zucker, Mehl und Butter) in einen Topf geben und ca. 75 Minuten kochen. Abkühlen lassen, die Hähnchenteile aus der Brühe nehmen, die Brühe durch ein Sieb in ein Gefäß gießen. Das Fleisch von der Haut, den Knochen und Knorpeln befreien und gleichzeitig in mundgerechte Stücke zupfen.

Von Mehl und Butter eine Mehlschwitze zubereiten, die abgeseigte Brühe dazu geben und alles unter Rühren aufkochen lassen. Nun die gebundene Soße mit Muskat, Zitronensaft (einige Spritzer) 1 Prise Zucker und Salz und Pfeffer kräftig abwürzen. Das Fleisch vorsichtig unterrühren und alles noch einmal aufkochen lassen. Dazu schmeckt Reis oder Kartoffeln oder eine Scheibe Toast. Wer mag kann noch einige Spritzer Worcestersauce auf den angerichteten Teller geben.

Guten Appetit!!

Anmerkung:

Das Frikassee kann natürlich auch mit einem ganzen Huhn hergestellt werden. Allerdings besteht da immer die Gefahr, dass sich doch einige kleine Knöchelchen ins Fleisch mogeln. Das mindert den Essgenuss und ist auch gefährlich, wenn kleine Kinder mitessen.

