

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 14. Januar 2019 ▪
Leibgericht mit Mario Kotaska



Birte Kirfel

Hühnerfrikassee mit Blumenkohl-Reis

Zutaten für zwei Personen

- Für das Hühnerfrikassee:** Das Hähnchenbrustfilet und den Hühnerflügel waschen, trockentupfen und in einem Topf mit Hühnerfond kochen. Karotten waschen, schälen, kleinschneiden und mit dazugeben. Champignons putzen und vierteln. Nach der Kochzeit den Fond abgießen, aber auffangen. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Butter in einem Topf schmelzen und Mehl dazugeben. Fond dazugeben. Mit Curry und Muskat würzen. Hähnchen in Würfel schneiden und in die Sauce geben. Champignons und Erbsen ebenfalls dazugeben und aufkochen. Mit Zitronensaft, Weißwein, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 1 Hähnchenbrustfilet à 300 g
 - 1 Hühnerflügel
 - 150 g Karotten
 - 150 g TK Erbsen
 - 150 g braune Champignons
 - ½ Zitrone
 - 500 ml Hühnerfond
 - 50 ml Weißwein
 - 2 EL Butter
 - 2 EL Mehl
 - 1 TL Currypulver
 - 1 Muskatnuss
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Blumenkohl-Reis:** Blumenkohl waschen, trockentupfen und in Röschen brechen. In einem Standmixer zerkleinern und in der Pfanne mit Butter rösten. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.
- 200 g Blumenkohl
 - 300 g Butter
 - ½ TL Muskat
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Über dem Gericht verteilen.
- 4 Zweige glatte Petersilie
- Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.