

Informationen zur Sendung vom 21.10.2025

Hühnerfrikassee

Von Ulla Scholz

Zutaten (4 Personen)

2 gekochte Hühnerbrüste oder anderes Fleisch vom Suppenhuhn
250 g frische Champignons
ca. 250 ml Hühnerbrühe
200 g Sahne
optional 50 ml Weißwein
2 EL Mehl
2 EL Butter
1-2 EL Kapern
1 Bund Schnittlauch
½ Bio Zitrone
Muskat
Pfeffer
Salz

Außerdem

Reis oder Kartoffeln als Beilage

Zubereitung

Die Champignons mit einem Tuch abreiben, eventuell den Stiel etwas einkürzen und die Pilze vierteln oder achteln. Die beiden gekochten Hühnerbrüste der Länge nach halbieren und in daumendicke Stücke schneiden. Die Sahne schlagen – sie sollte cremig, aber nicht ganz fest sein.

In einem Topf, der einen runden Innenrand hat, die Butter schmelzen und mit dem Mehl sorgfältig verrühren. Mit Hühnerbrühe, etwas Wein und der Hälfte der Sahnemenge nach und nach ablöschen. Dabei mit einem Schneebesen beständig weiter rühren, damit sich keine Klümpchen bilden. Nun zwei bis drei Minuten köcheln lassen, damit sich das Mehl vollständig auflöst. Währenddessen die Champignons rundum in Butter anbraten und mit dem geschnittenen Hühnerfleisch und den Kapern in die Sauce geben. Alles vorsichtig umrühren, damit das Hühnerfleisch schön stückig bleibt. Mit ein wenig Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt noch einmal etwas geschlagene Sahne unterheben und alles einmal ganz kurz aufkochen.

Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Als Beilage passt Reis – manche mögen auch Kartoffeln dazu.

Anrichten

Den gekochten Reis in eine angefeuchtete Kelle oder Tasse drücken und auf den Teller stürzen. Das Frikassee rundum legen und mit etwas Schnittlauch bestreuen.

Informationen zur Sendung vom 21.10.2025

Hühnerfrikassee

Von Ulla Scholz

Ullas Küchentipps

Kleine Variationen

Wie bei allen „gutbürgerlichen“ Gerichten oder bei regionaler Hausmannkost hat jede Familie eine eigene Interpretation dieser Gerichte von Oma und Tante übernommen. So geben die einen auch Erbsen und Möhren dazu, für andere ist es der Spargel, der nicht fehlen darf.

Den Fehler vermeiden

In Zeiten, wo viele Menschen gar kein Suppenhuhn mehr kochen wollen oder können, musste auch das Hühnerfrikassee Federn lassen. Oft wird in Rezepten im Internet das rohe Hühnerbrustfleisch in der Sahnesauce mitgegart. Das schmeckt leider fad und das Fleisch wird durch diese Garmethode oft zäh. Wenn schon, dann besser die Stücke vorher in Butterfett ganz kurz anbraten, würzen und erst unmittelbar vor dem Servieren in der heißen Sauce einige Minuten ziehen lassen.

Hühnersuppe kochen

Zutaten

1 Suppenhuhn (ca. 2,5 kg)
2 Möhren
1 kleine Stange Lauch
150 g Sellerie
1 kleine Petersilienwurzel
2 Knoblauchzehen
1 große Zwiebel
4 Thymianzweige
3 Lorbeerblätter
5 Wacholderbeeren
3 Nelken
10 Pimentkörner
etwas Sojasauce
Salz

Zubereitung

Das Geflügel in einen passenden Topf legen. Karotten, Knoblauch, Petersilienwurzel und Sellerie schälen und im Ganzen zum Suppenhuhn geben. Wasser so zugießen, dass alle Zutaten gut bedeckt sind. Mit Thymian, Nelken, Lorbeerblättern, Piment, Wacholder, Sojasauce und etwas Salz würzen. Die Zwiebel abwaschen, halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett rösten. Danach mit Schale ins Kochwasser gegeben. Circa eineinhalb bis zwei Stunden sanft köcheln, bis es weich ist.

Ist das Suppenhuhn gar, wird es auf einen großen Teller oder ein Blech gelegt und möglichst noch warm auseinandergenommen. Die Bruststücke lege ich im Ganzen zur Seite und verwende das Fleisch für ein weiteres Gericht (zum Beispiel Hühnerfrikassee). Das restliche Hühnerfleisch von den Knochen absuchen und in mundgerechte Stücke teilen und als Suppeneinlage zur Seite stellen.

Informationen zur Sendung vom 21.10.2025

Hühnerfrikassee

Von Ulla Scholz

Die Brühe durch ein Sieb passieren und kurz ruhen lassen. Nun etwas entfetten und wieder zum Kochen bringen. Kommen Nudeln oder Reis als Einlage dazu, gare ich die Zutaten getrennt, damit sie nicht zu weich werden und in der Suppe matschig aussehen. Auch die Gemüsestreifen werden kurz in heißem Wasser blanchiert und wieder abgeschreckt. Das hat den Vorteil, dass die Einlage nach mehrmaligem Aufwärmen der Suppe nicht nachdickt. Fleisch und Suppeneinlagen in die heiße Brühe geben und mit gehackter Petersilie und Sojasauce verfeinern. Etwas modern abgewandelt: Auch fein gehackter Ingwer schmeckt sehr gut.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!