

Ausgelöste Hähnchenoberschenkel mit Paprika und Pilzen im Reisrand



Zutaten für zwei Personen:

1 Hähnchenoberschenkel
(etwas größer)

Salz, Pfeffer aus der Mühle

italienische Kräuter

Mehl zum Bestäuben

1/2 Lauchstange

1/2 rote Paprika, etwas gelbe
Paprika

125 g Champignons

2-3 EL Olivenöl

30 ml Noilly Prat

100 ml Hühnerbrühe

50 ml Sahne

125 g Reis

1. Reis nach Packungsvorschrift zubereiten. Warm stellen.

2. Inzwischen Hähnchenoberschenkel auslösen und in kleine Abschnitte teilen. Salzen, mit Kräutern bestreuen und mit etwas Mehl bestäuben.

3. Lauch putzen, längs teilen und in Streifen schneiden. Paprika putzen und in Rauten schneiden. Pilze putzen und in dicke Scheiben teilen.

4. Lauch und Paprika in beschichteter Pfanne bei sehr milder Hitze in Olivenöl längere Zeit braten. Der Lauch soll nicht zu braun werden.

5. Hähnchenwürfel in Olivenöl bei starker Hitze in eigener Pfanne braten, mit Noilly Prat und Hühnerbrühe ablöschen und in die Pfanne mit Lauch und Paprika geben. Sahne, restliche Hühnerbrühe und die Pilze zugeben und etwas köcheln lassen. Immer wieder umrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Im Reisrand anrichten.

Hinweise:

Wer die Arbeit mit dem Auslösen scheut, kann für dieses Gericht auch geschnetzelte Hähnchenbrust verwenden.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, mediterran

Rezept und Foto: Walter
Stand 19.01.2023