



FEINHEIMISCH

Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.

Klassisches Hühnerfrikassee mit Kartoffeln für Klein und Groß **Kochen mit Kindern**

Zutatenliste

- ! 1 Freiland-Huhn, ganz, ohne Innereien
- Ca 1,5 Liter Wasser
- 2 Karotten
- 1 Knollensellerie
- 5 größere Kartoffeln
- 1 Küchenzwiebel
- 200 g Sahne
- 2 EL Weizenmehl
- Saft einer Zitrone
- 250 g Erbsen, frisch oder TK
- Salz

Zubereitung

- 1 Huhn in einem Topf mit Wasser bedecken und ca. 1-1,5h kochen, bis die Keule vom Huhn leicht zerreißt beim Anheben. Das Kochwasser danach nicht weggeben, das wird noch für die Soße benötigt.
- 2 Karotten und Sellerie schälen und schneiden. Die Schalen können, für den Geschmack, zu dem Huhn in das Kochwasser gegeben werden.
- 3 Die Kartoffeln schälen, schneiden und für ca. 20 Minuten in gesalzenem Wasser kochen, bis sie gar sind.
- 4 Für die Soße eine Mehlschwitze vorbereiten. Dafür eine Zwiebel schneiden und in 2EL Butter glasig anschwitzen. Dann 2EL Mehl hinzugeben und nach und nach kleine Schlücke von der Brühe unter ständigen Rühren hinzufügen, bis eine soßenartige Konsistenz entsteht. Im Anschluss werden 200ml Sahne hinzugefügt und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abgeschmeckt.
- 5 Wenn das Huhn fertiggekocht ist, wird die Haut abgezogen und das Fleisch abgepult. Das Fleisch wird zu der Soße dazugegeben.
- 6 In dem Kochwasser nun die Karotten und den Knollensellerie etwa 4 Minuten kochen und nach 2 Minuten die Erbsen zugeben. Das blanchierte Gemüse ebenfalls zu der Soße geben und zusammen mit den Kartoffeln anrichten.



Adresse:
FEINHEIMISCH
Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.
KiWi-Tower | Am Kiel Kanal 2
24106 Kiel

Kontakt:
Tel.: +49 (0) 431 | 98 65 48 77
Mail: info@feinheimisch.de
Web: www.feinheimisch.de

FEINHEIMISCH
 **REGIONAL**