

## **Hähnchenfrikassee**

Rezept für 4 Personen:

1 kg	Hähnchenbrust
250 g	Spargel, Glas mit Saft
200 g	Erbsen & Möhren
100 g	Butter
250 ml	Schlagsahne
750 ml	Milch
1 x	Zwiebel, gewürfelt
3 Ei	Mehl
3 Ei	Sonnenblumenöl
Gewürze:	Salz; Pfeffer, Muskat

Beilagenempfehlung: Langkornreis,  
Pfeffermühle & frische Petersilie

Zubereitungszeit mit Vorbereitung: ca. 60 Minuten

Die Hähnchenbrust gut trocken tupfen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne anbraten. In einem Topf Butter schmelzen, die Zwiebelwürfel zugeben und mit Mehl kurz anschwitzen. Kalte Milch und den Saft vom Spargel dazugeben, aufkochen und gut durchmischen. Die Sauce zum Fleisch geben, Spargelstücke, Erbsen & Möhren zugeben und mit Sahne, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Fertig!  
Guten Appetit!