HÜHNERFRIKASSEE – wie bei OMA

geschrieben von Karin Knorr | 24. Oktober 2018

Ich kann euch gar nicht erzählen, warum ich in letzter Zeit so oft an meine Oma denke. Sie war und ist immer bei mir, wenn ich in der Küche stehe und etwas leckeres koche. In meinen Gedanken trug sie ihre Kittelschürze und ließ niemanden in ihr Reich. Nur ich durfte über den Topfrand schauen oder die Schüssel mit restlichem Teig ausschlecken. Meine Oma hatte eigene Hühner und wenn das Huhn alt genug war, kam es in den Suppentopf. Daraus wurde meist eine Hühnersuppe gekocht. Für Feierlichkeiten gab es Hühnerfrikassee oder Geflügelsalat.

Für euch gibt es heute das Rezept zum Frikassee. Natürlich wieder mit einem Video.

Zutaten:

- Fleisch von einem halben Suppenhuhn
- 750 ml Hühnerbrühe
- 2 große Möhren
- 100 g Erbsen (TK)
- 200 g Champignons
- 100 g Blumenkohl
- 3 EL Butter
- 3 EL Mehl
- Zitronensaft
- Basics: Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Suppenhuhn kochen. Das Rezept dazu findet ihr hier. Das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden und in etwas Butter dünsten. Jetzt in einem Topf 2 Esslöffel Butter auslassen und das Mehl dazu geben. Unter ständigem Rühren braun werden lassen. Nun mit der Hühnerbrühe ablöschen und das gedünstete Gemüse sowie Fleisch hinzufügen. Auf kleiner Flamme etwa 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitrone abschmecken. Regelmäßig umrühren, damit nichts anbrennt. Und fertig ist diese leckere Mahlzeit.

Tipps: Den Blumenkohl hatte ich übrig, so durfte er mit ins Frikassee. Ihr könnt auch mehr Erbsen verwenden. Passend zum Hühnerfrikassee ist Reis. Wollt ihr dieses Gericht mit Brot essen, könnt ihr etwas weniger Brühe verwenden.

So ist das Hühnerfrikassee etwas dicker.

Diese Rezepte aus der Kindheit könnten euch auch interessieren:
Apfelpfannkuchen, Chicorée-Salat

Ich wünsche euch viel Spaß mit euren Erinnerungen. Schreibt mir doch, was ihr gern einmal nachkochen möchtet. Alles Liebe,

eure Karin

OMAS KARTOFFELSUPPE

geschrieben von Karin Knorr | 24. Oktober 2018

Kein Gemüse, kann so vielseitig verwendet werden wie die Kartoffel. Wir essen sie als Ofen- oder Bratkartoffel, im Auflauf oder Salat, als Reibeplätzchen oder Kloß. So vielseitig wir den schmackhaften Erdapfel zubereiten können, so viel hat er auch zu bieten. Er ist reich an Vitamin C, B1 und B2 und bietet sehr viele Mineralstoffe. Außerdem hat die Kartoffel wenig Kalorien. Das nachfolgende Rezept ist aus Omas Zeiten, braucht keine aufwändigen Zutaten und ist schnell zubereitet.

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg Kartoffeln
- 1 Bund Suppengrün
- 3 Möhren
- 1 Zwiebel
- 1,2 Liter Wasser
- 1 Bund Petersilie
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Nelken
- 1 Becher Schmand
- 2 EL Öl
- optional Wurst
- Majoran, Thymian, Salz und Pfeffer

Zubereitung

Gemüse waschen und putzen. Zwiebel, Kartoffeln, Möhren und Suppengrün

würfeln. Nun die Zwiebel im Öl glasig dünsten. Gemüse dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Mit dem Wasser ablöschen, Lorbeerblätter und Nelken dazugeben und 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit könnt ihr die Wurst würfeln und die Petersilie hacken. Wenn die Kartoffeln gar sind, die Lorbeerblätter und Nelken entfernen und die Petersilie dazugeben. Jetzt nur noch mit den Gewürzen und Kräutern abschmecken und servieren. Jedem Teller etwas Wurst und Schmand zufügen und genießen.

Tipp: Die Suppe schmeckt aufgewärmt noch besser, sie kann gut vorbereitet werden. Wer mag, kann die Suppe pürieren oder auch schärfer würzen. Die Suppe schmeckt auch ohne Wurst.

Guten Appetit wünsche ich euch,

eure Karin Knorr