




Cremiges Ragout vom Hähnchen mit Champignons, Risotto und frittierten Kapern



 Zeit gesamt
40min

 Zubereitungszeit
40min

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------------------|---------|
| Champignons, weiß | 800 g |
| Frühlingszwiebeln | 1 Bund |
| Kapern | 4 EL |
| Hähnchenbrustfilets | 600 g |
| Gemüsebrühe | 1500 ml |
| Öl | 9 EL |
| Risottoreis | 300 g |
| Schlagsahne | 200 g |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz gemahlen | |
| Speisestärke | 3 EL |
| Wasser | 6 EL |
| Butter | 2 EL |
| Parmesan | 20 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, großer Topf, kleine Pfanne, feine Reibe, Küchenpapier

1. Champignons mit Küchenkrepp putzen und vierteln. Frühlingszwiebeln waschen und die weißen und grünen Teile getrennt voneinander in Ringe schneiden. Kapern abgießen und auf Küchenkrepp trocknen. Hähnchen abwaschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden.
2. In einem ersten Topf Brühe ggf. anrühren und aufkochen. In einem weiteren Topf 3 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Reis und weiße Frühlingszwiebeln ca. 3 Min. anbraten. 300 ml von der Brühe abmessen und beiseitestellen (wird später im Rezept benötigt). Reis mit 1 Kelle Brühe angießen, sodass der Reis knapp bedeckt ist. Den Reis ca. 20 Min. unter gelegentlichem Rühren garen. Hin und wieder etwas Brühe nachfüllen, sodass der Reis immer leicht mit Flüssigkeit bedeckt ist.
3. In einem Topf 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Champignons ca. 3 Min. darin anbraten. Mit der beiseitegestellten Brühe ablöschen und ca. 5 Min. köcheln lassen.
4. Schlagsahne und grüne Frühlingszwiebeln zu den Champignons geben, aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Im leeren Sahnebecher 3 EL Speisestärke mit 6 EL kaltem Wasser vermischen und in die Sauce rühren. Sauce aufkochen lassen, das gewürfelte Hähnchen unterrühren und ca. 5 Min. köcheln.

5. Derweil in einer Pfanne 4 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Kapern mit etwas Speisestärke bestäuben und in der Pfanne ca. 1–2 Min. frittieren, bis sie knusprig sind. Herausnehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
6. Butter zum Risotto geben, Parmesan dazureiben, alles gut verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Hähnchen-Ragout mit dem Risotto auf Tellern anrichten. Je nach Geschmack die Kapern darüberstreuen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 934 kcal |
| Kohlenhydrate | 84 g |
| Eiweiß | 46 g |
| Ballaststoffe | 5 g |
| Fette | 46 g |