

Fenchelhuhn

Caritas-Altenheim St. Albertus Magnus, Stein

Zutaten

1 Suppenhuhn
oder
600 g Hähnchenbrustfleisch

2 Fenchelknollen
etwas Öl zum Andünsten

40 g Mehl
½ l Hühnerbrühe
Salz, Pfeffer
etwas Sahne
Fenchelkraut

Zubereitung

Suppenhuhn ca. 40 Minuten kochen, Fleisch ablösen und klein schneiden. Bei Verwendung von Hähnchenbrustfleisch dieses klein schneiden und in Öl leicht anbraten.

Kleingeschnittene Fenchelknollen kurz dünsten, mit Mehl bestäuben und mit Hühnerbrühe aufgießen, leise weiterkochen bis Hähnchenfleisch gar ist.

Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken, zum Verfeinern etwas Sahne zugeben.

Fenchelkraut klein schneiden und darüber streuen.

Garzeit

Suppenhuhn 1 Stunde

Hähnchenbrustfleisch 30 Minuten

Tipp

Mit gedünstetem Reis servieren.