

Cremig - legierter Geflügeleintopf mit Frühlingsgemüse



- **Küche:** Deutsch
- **Gang:** Abendessen, Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:** Mittel

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Mutters Geflügeleintopf im Frühjahr mit dem ersten, jungen Gemüse ist einfach eine „Wucht“ und von der ganzen Familie heiß geliebt. Ein schnelles, einfaches und kostengünstiges Gericht, das in ca. 45 min. auf dem Tisch steht, ohne dass man ein Suppenhuhn lange kochen muss und bei dem das Fleisch sehr trocken und ausgekocht schmeckt.

Zutaten

- 600 g Hähnchenfleisch ohne Knochen, aus Brust und Keule, gewaschen, trocken getupft
- 250 ml Hühnerbrühe
- 150 ml trockener Weißwein

- 2 EL Zitronensaft
- 100 g Bundmöhren, geschält, gewürfelt
- 150 g Blumenkohl oder Broccoli, in kleinen Röschen
- 150 g kleine Champignons, gesäubert, ev. halbiert
- 250 g grüner Spargel, im unteren Drittel geschält, schräg in 3 cm langen Stücken
- 150 g TK - Erbsen, tiefgekühlt
- 3 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 2 Eigelbe mit 60 ml Sahne verquirlt
- 2 EL gehackte Petersilie
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, 1 Strich Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Spargelstücke in wenigem Salzwasser mit einer Prise Zucker 3 - 4 min. vorkochen und dann herausfangen.

Schritt2

Das Hähnchenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden, in Butter scharf anbraten, salzen und pfeffern, zunächst herausnehmen. Einen Strich Butter in die gleiche Pfanne geben und 1 - 2 min. die Erbsen, Möhren, Champignons anschwitzen, danach mit Mehl bestäuben. Mit der Hühnerbrühe und dem Weißwein aufgießen, aufkochen lassen, glatt rühren.

Schritt3

Die Hähnchenstücke und das Gemüse dazu geben, ca. 10 min. leise am Herdbrand köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Kurz vor dem Servieren die „Liaison“ aus Sahne und den Eigelben verrühren, nicht mehr kochen lassen.

Schritt4

Dazu passen ein körniger Reis, Kartoffelpüree oder Salzkartoffeln.

Rezeptart: Eintöpfe, Fleischgerichte, Geflügel, Geflügelgerichte, Gemüsegerichte, Schnelle Rezepte, Suppen **Zutaten:** Brühe, Butter, eier, Hähnchen, Mehl, Sahne, Salz

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/cremig-legierter-gefluegeleintopf-mit-fruehlingsgemuese/>