

# Stubenküken „Supreme“, mit edlem Gemüse

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 35m
- **Fertig in** 60m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '60', 'cook_time' : '35m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Der Hamburger „Klassiker“, hier einmal als edles Ragout

## Zutaten

- 4 Stück Stubenküken à 300 - 350 g
- 40 - 50 g getrocknete Spitzmorcheln
- 1 Glas Geflügelfond
- 250 g grüner Spargel
- 250 g weißer Spargel
- 8 Stück gleichmäßig große Mini Frühlingsmöhren
- 1 Zitrone
- 1/4 l trockener Riesling
- 1 Becher Crème fraîche
- 100 g Butter
- Salz, Pfeffer

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Vorbereitungen:

### Schritt2

Die Spitzmorcheln ca. 10 min. in kaltem Wasser einweichen, danach im „Einweichwasser“ 3 - 4 min. leise köcheln.

### Schritt3

Den Spargel herkömmlich schälen und schräg in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Den grünen spargel vorsichtshalber nur im unteren Drittel, denn da ist er oft holzig.

#### **Schritt4**

Danach „al dente“ in Salzwasser blanchieren, abkühlen.

#### **Schritt5**

Bei den Mini - Möhrchen etwas von dem „Grün“ stehen lassen und ebenfalls in Salzwasser „al dente“ blanchieren, abkühlen, vorerst an die Seite stellen.

#### **Schritt6**

Die Stubenküken:

#### **Schritt7**

Ev. flämmen, innen und außen unter fließendem Wasser waschen, ausputzen. Die Keulen abschneiden, die Brüstchen halbieren.

#### **Schritt8**

Der Ansatz:

#### **Schritt9**

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, leicht mehlen.

#### **Schritt10**

In einem ausreichend großen Brattopf oder „Bräter“ in heißer Butter von allen Seiten „absteifen lassen“, ohne Farbe zu nehmen.

#### **Schritt11**

(Das Mehlen des Fleisches hat den Vorteil, dass der Fond sofort eine gewisse Bindung bekommt)

#### **Schritt12**

Mit dem Geflügelfond und dem Riesling aufgießen.

#### **Schritt13**

Leise bei geschlossenem Deckel ca.15 min. köcheln lassen, das zarte Fleisch keinesfalls übergaren.

#### **Schritt14**

Danach die Stücke prüfen, einzeln ausstechen und von Haut und Knochen befreien, einige min. warm halten.

#### **Schritt15**

Die Soße:

#### **Schritt16**

Den Fond mit Crème fraiche auf die benötigte Menge reduzieren,

### **Schritt17**

mit etwas Zitronenabrieb - und Saft pikant abschmecken; etwas kalte Butter untermixen.

### **Schritt18**

Das Fleisch und das blanchierte Gemüse in die Soße geben, nur noch kurz erhitzen, nicht mehr kochen lassen.

### **Schritt19**

Ein appetitlich buntes, edles Stubenküken Ragout ist entstanden.

### **Schritt20**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt21**

In einer Ragoutschüssel oder auch Portionsweise auftragen und mit Basmat i -Duftreis oder / und jungen Kräuter - Kartoffelchen servieren.

**Rezeptart:** Hamburgisch **Tags:** edel, frisches Gemüse, hamburgisch, Morcheln

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/stubenkueken-supreme-mit-edlem-gemuese/>