

Leckerer Hühnerfrikassee von Oma

Zutaten:

1 Huhn oder ca. 5 Hähnchenschenkel
50g Mehl
1 Bund Suppengrün
75g Butter
1 Zwiebel(n)
% Zitrone(n), den Saft davon
1 Becher Schmand
1 Eigelb
Salz und Pfeffer
1 Lorbeerblatt
1 Nelke(n)
ZEL Kapern
2 Liter Wasser
300gr. Reis

Zubereitung:

Das Huhn oder die Beine mit dem Suppengrün, Lorbeerblatt und der Nelke im Wasser kochen, bis es schön weich ist. Abkühlen lassen und das Fleisch von den Knochen lösen. Die Hühnerbrühe auffangen.

Die Zwiebel fein klein hacken und in der Butter glasig anlaufen lassen, danach das Mehl drauf und auch kurz anschwitzen. Das Ganze wird mit der Brühe aufgefüllt, Gut umrühren und etwas einkochen lassen. Die Kapern hinzufügen und die Soße mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Eigelbe mit dem Schmand verrühren und unter die Soße ziehen, aber nicht mehr kochen lassen! Fleisch rein und fertig. Dazu passt Reis. (Den koche ich mit einem Lorbeerblatt, schmeckt köstlich).

Himbeer-Muffins

Zutaten:

250g frische Himbeeren 180g weiche
Butter
150g Zucker
] Pek. Vanillezucker
1 Prise Salz
2 Eier (Gr. M)
230g Weizenmehl (Type 405) 1 TL
Backpulver -
50 ml Milch
Nach Belieben etwas Puderzucker zum
Bestäuben

Zubereitung: | Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Ein Muffinblech (12 Mulden) mit Papierförmchen auslegen. Die Himbeeren waschen und trockentupfen.

Weiche Butter, Zucker, Vanillezucker und Salz in einer Rührschüssel auf höchster Stufe mit einem Handrührgerät schaumig schlagen. Eier nacheinander zugeben und den Teig ca. 1 Minute auf höchster Stufeiterrühren. Mehl mit Backpulver mischen und abwechselnd mit der Milch unter den Teig rühren.

Etwa die Hälfte der Himbeeren vorsichtig unter den Teig heben, dann den Teig gleichmäßig auf die 12 Muffinmulden verteilen. Die restlichen Himbeeren auf die Oberfläche der Muffins streuen. Die Muffins mit Himbeeren im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen, anschließend auskühlen lassen.

Die Himbeeren-Muffins nach Belieben kurz vor dem Servieren mit etwas Puderzucker bestäuben.

Statt frischen Himbeeren kannst du auch 250 g gefrorene Himbeeren in deinen VanilleHimbeer-Muffins verwenden. Hierfür lässt du die Himbeeren nicht auftauen, sondern verwendest die Früchte im komplett gefrorenen Zustand.

Leichter Rucola - Tomaten - Feta Salat mit Balsamico Dressing

Zutaten:

2 Handvoll Cherrytomate(n)
2 Kästchen Rucola
2 Pck. Feta-Käse
100 ml Balsamico
100 ml Olivenöl
2TL Senf (mittelscharf oder
mild) 2' TL Honig

Zubereitung: Die Rucola waschen, trocken schütteln und mit der Schere mundgerecht schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren und mit der Rucola in eine Schüssel geben.

Balsamico, Öl, Senf und Honig in eine kleine Schüssel geben und mit dem Schneebesen gut aufschlagen. Das Dressing unter den Salat mischen und den Feta klein gebröckelt über den Salat streuen.