

# Kräuter Geflügel Ragout an Reis

## ▼ Zutaten:

600 Gramm	<b>Puten oder Hähnchenfleisch</b>
4 Esslöffel	<b>Rapsöl (geht auch anderes)</b>
300 Gramm	<b>Champignons</b>
1 unbehandelt.	<b>Zitronen (davon der Saft)</b>
1 Esslöffel	<b>Mehl</b>
50 Gramm	<b>Butter</b>
100 Milliliter	<b>Weißwein</b>
200 Milliliter	<b>Geflügelfonds</b>
1 Bund	<b>Dill</b>
1 Bund	<b>Schnittlauch</b>
1 Bund	<b>Petersilie</b>
100 Milliliter	<b>Sahne</b>
etwas	<b>Zucker</b>
1 große Tasse	<b>Reis</b>
	Salz und Pfeffer aus der Mühle



## ■ Zubereitung:

1. das Fleisch rundum in Rapsöl anbraten
2. mit Salz, Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen
3. die Pilze putzen, evtl. halbieren
4. Butter ins Bratfett geben
5. die Pilze bei milder Hitze goldbraun braten
6. mit Salz, Pfeffer würzen
7. mit Mehl bestäuben
8. kurz anschwitzen, dann den Wein und den Geflügel Fond angießen
9. das Fleisch zugeben
10. zugedeckt bei milder Hitze ca. 10 Min. garen
11. den Dill, Schnittlauch und Petersilie waschen und anschließend mit Sahne fein pürieren
12. unter das Ragout rühren
13. nochmals aufkochen lassen
14. mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker abschmecken
15. nebenher den Reis mit zwei großem Tassen Wasser und einem halben Teelöffel Salz zum Kochen bringen
16. dann bei mittlerer Hitze fertig garen
17. von der Feuerstelle nehmen und noch einen Moment nachziehen lassen
18. zum Kräuter Geflügel Ragout servieren