



#119318528 © FomaA - stock.adobe.com

# Hühnerfrikassee

## Zubereitung

Hähnchenbrust in 100 ml gewürzter Gemüsebrühe garen. Spargel, Champignons und Erbsen in Salzwasser dünsten. Aus Butter und Mehl eine Mehlschwitze herstellen, mit Geflügelbrühe und Fresubin 2 KCAL Drink Neutral eine Soße zubereiten. Hähnchenbrust in Würfel schneiden und mit dem Gemüse zu der Soße geben. Mit den Gewürzen abschmecken.

## Tipp

Dazu empfehlen wir Paprikareis und einen grünen Salat

## Hauptgerichte

Level



1



40 Min.

## Zutaten

50 ml	Fresubin 2 KCAL Drink Neutral*
120 g	Hühnerbrustfilet
20 g	Erbsen, grün, TK
20 g	Champignons
20 g	Spargel
1 gestr. TL	Weizenmehl
1 gestr. TL	Butter
100 ml	Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer, eventuell Curry	

## Nährwerte pro Hühnerfrikassee

Energie	390 kcal
Eiweiß	41,2 g
Fett	12,2 g
Kohlenhydrate	28,4 g

\* Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.

(11.22/SG)