



# COLUMELLA



Zutaten für 4 Personen:

#### Für das Ragout:

2 Blumenkohl  
1 Zwiebeln  
200 g Speckwürfel  
400 g Hähnchenbrustfilet  
250 ml Sahne

#### **Columella I**

Salz und Pfeffer

#### Für den Kartoffelbrei:

1kg Kartoffeln  
Butter  
Muskat  
1 Tasse Milch  
Salz und Pfeffer  
1 Zwiebel (je nach Geschmack)

## BLUMENKOHL-HÄHNCHEN- SENF-RAGOUT MIT KARTOFFELBREI

Zuerst den Blumenkohl in kleine Röschen teilen und in kochendem Salzwasser bissfest garen und beiseite stellen.

Inzwischen die Zwiebeln in dünne Halbringe schneiden und diese mit den Speckwürfeln anbraten.

Jetzt kommt in Würfel geschnittene Hühnerbrust dazu und das ganze wird noch ein wenig leicht angebraten.

Die Sahne und 3 EL **Columella I** dazugeben.

Das Ganze dann kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch ein wenig vor sich hin köcheln lassen.

Kurz vor Schluss werden dann die gekochten Blumenkohlröschen untergehoben und bis zum Servieren kann alles ein bisschen durchziehen.

Für den Kartoffelbrei die Kartoffeln schälen, in gleich große Stücke schneiden und in Salzwasser gar kochen.

Kartoffeln abgießen, in den Topf zurück, 1 Tasse Milch dazu geben und nun die Kartoffeln mit einem Breistampfer (Kartoffelstampfer) gut zerdrücken.

Ein kleines Stück Butter dazu, Salz, Pfeffer und Muskat und alles gut vermengen.



# COLUMELLA



Tipp:

Je nach Geschmack und Vorliebe zum Schluß noch gewürfelte Zwiebel unter das Püree rühren.

Durch die im Püree gespeicherte Hitze werden die Zwiebeln so gegart, dass man sie beim Essen nicht mehr spürt – außer am pikanten leckeren Geschmack!

**Rezept-Idee:**

*Alice im kulinarischen Wunderland*

<http://kulinarischeswunderland.blogspot.com/2011/08/warum-eigentlich-immer-so-hochgestochen.html>