Coniglio in UMIDO

INGREDIENTI *(4 per)*

- Mezzo coniglio a pezzi
- Farina 00
- Un rametto di rosmarino
- 3 foglie di salvia
- Mezza cipolla
- 1 gambo di sedano
- 1 carota
- 2 spicchi d'aglio
- 1 foglia di alloro
- 1 cucchiaio di estratto di pomodoro
- Mezzo bicchiere di vino bianco secco
- Olive taggiasche
- Sale e olio di oliva

1

Predisporre, su una teglia, il coniglio a pezzi, pulito e ben asciutto.

Tagliare grossolanamente la carota (spelata), il sedano e la mezza cipolla e tritare tutto finemente a coltello o con un mixer.

Utilizzare una casseruola abbastanza grande per contenere il coniglio senza che i pezzi si sovrappongano uno con l'altro e garantire una perfetta ed uniforme cottura.

2

Soffriggere in olio d'oliva (tre cucchiai) le verdure tritate insieme ai due spicchi d'aglio vestiti (con la pellicina), un rametto di rosmarino, la salvia e l'alloro.

3

Infarinare leggermente i pezzi di coniglio.

Rimuovere dal soffritto i due spicchi d'aglio e posizionare all'interno della casseruola i pezzi di coniglio senza sovrapporli.

Rosolorare uniformemente il coniglio per qualche minuto rigirando i pezzi.

Aggiungere il vino bianco e lasciare sfumare l'alcol (ci vorranno 2/3 minuti).

4

Aggiungere un bicchiere e mezzo di acqua (meglio di brodo se disponibile) senza coprire completamente il coniglio con l'acqua / brodo.

Aggiungere un cucchiaio abbondante di concentrato di pomodoro, le olive taggiasche e due prese di sale.

In alternativa al pomodoro concentrato si possono utilizzare 3/4 cucchiai di passata di pomodoro riducendo a un bicchiere l'acqua o brodo.

5

Coprire con un coperchio e lasciar cuocere, a fuoco moderato, per un'oretta e mezza.

Quindi spegnere e lasciare riposare almeno una mezzora.

Durante la cottura controllare di tanto in tanto il coniglio rigirando i pezzi e aggiungendo altra acqua o brodo se il sugo risultasse troppo asciutto.

6

Puoi servire.

Riportare il coniglio in temperatura (occorreranno pochi minuti) prima di servire.

Se avanzano dei pezzi si possono congelare con un po' di sughino.

BUON APPETITO

Ottimo piatto della tradizione con innumerevoli varianti, questa è la mia.

Ricette Orizzontali

www.RicetteOrizzontali.it

ricetteorizzontali

www.RicetteOrizzontali.it