

SECONDI PIATTI

Cipolla farcita

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Chi lo dice che la cipolla deve essere usata solo per fare il soffritto? È in realtà un ingrediente perfetto che da accessorio può diventare assoluto protagonista a tavola. La **cipolla farcita** che vi proponiamo in questo caso, è realizzata grazie alla presenza della varietà cipolla dorata, che in genere risulta essere molto delicata e poco invadente. È una variazione eccezionale che conquisterà anche i palati più diffidenti! La sua farcia infatti è molto particolare, grazie alla presenza della carne di coniglio, che conferisce a tutto il piatto una certa importanza. La cottura al cartoccio inoltre fa in modo che tutte le proprietà organolettiche della cipolla stessa non siano disperse. Questa

preparazione può essere servita sia come secondo che come antipasto, nbasta ovviamente calcolare bene le dosi e le quantità. Possono essere realizzate utilizzando anche del coniglio avanzato ed in questo caso diventa un prezioso piatto zero spreco ed economicissimo. Ovviamente questa versione che vi proponiamo nella ricetta si presta ad essere rielaborata e reinventata come più vi piace. Potreste utilizzare del tonno, dei salumi o della carne macinata! Siccome però la cipolla non è gradita a tutti potreste pensare anche ad un piano B: ovvero con lo stesso ripieno potreste farcire delle zucchine ad esempio. Anche in questo caso il successo è assicurato! Questo piatto oltre che semplice da fare è anche un valido asso nella manica in quanto può essere tranquillamente preparato in anticipo. Anzi, il nostro consiglio è proprio quello di anticiparvi in modo che sia pronto, riposato e ben freddo al momento di servirlo. Se poi vi dovesse avanzare della cipolla vi proponiamo di realizzare la mitica [frittata](#), un piatto sempre molto gradito! Benché questa che vi andiamo a proporre sia una ricetta molto semplice e di facile esecuzione, se avete dubbi o domande potete assolutamente scriverci nel box dei commenti e di sicuro vi risponderemo!

INGREDIENTI

CIPOLLE DORATE 4

CONIGLIO ½

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola

SPICCHIO DI AGLIO 2

ROSMARINO 1 rametto

VINO BIANCO SECCO ½ bicchieri

MAIONESE LIGHT Mayò Calvè - 5 cucchiari
da tavola

OLIVE NERE 40 gr

CETRIOLINI SOTTACETO 30 gr

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare la ricetta della cipolla farcita, avvolgete per prima cosa le cipolle dorate, così come sono, in un foglio di alluminio cercando di non farlo aderire eccessivamente alla cipolla; in questo modo si creerà una camera d'aria che faciliterà la cottura delle cipolle stesse.



- 2 Infornate le cipolle nei cartocci a 160°C per un'ora.
Nel frattempo fate scaldare l'olio in una padella capiente insieme agli spicchi d'aglio in camicia ed al rametto di rosmarino.
Non appena l'olio inizia a sfrigolare, unite alla padella il coniglio in pezzi e lasciatelo rosolare uniformemente e salate adeguatamente.



3 Sfumate, a questo punto, con il vino bianco e lasciatelo evaporare completamente.



4 Continuate la cottura del coniglio per circa mezz'ora aggiungendo, quando necessario, dell'acqua.

Al termine della cottura, prelevare il coniglio dalla padella e ricavarne la polpa sbriciolandola a mano.

Riunite in una ciotola la polpa di coniglio, i cucchiaini di Mayò Calvè, le olive ed i cetrioli; amalgamate bene gli ingredienti.



5 Sfornate le cipolle e spacchettatele dal cartoccio di alluminio.

Scavate il centro della cipolla così da creare spazio per la farcia ed aprite gli strati più esterni della cipolla per dare l'idea di fiore.

Farcite la cipolla con il composto di coniglio e Mayò.

Collocate le cipolle sui piatti da portata e ultimatene la decorazione con qualche pezzetto di cetriolo e un'oliva intera.



CONSIGLIO

Posso bollire o cuocere a vapore le cipolle?

Sì certo ma si perderà l'effetto fiore finale.

Quanto tempo posso conservare le cipolle ripiene?

Puoi conservarle in un contenitore ermetico per un giorno in frigorifero.

Posso utilizzare la cipolla bianca?

Sì è un po' meno delicata ma andrà bene.