

SECONDI PIATTI

Coniglio all'etrusca

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [80 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Il **coniglio all'etrusca** è una rustica e gustosa preparazione toscana. Perfetta per chi ama il sapore un po' selvatico di questo animale ma che viene reso più gentile dalla presenza delle olive che anzi ne esaltano il gusto. Si tratta di un piatto molto antico perché in passato la carne di coniglio era molto diffusa e a buon prezzo, inoltre se ne consumava parecchia in quanto molto ricca di ferro e proteine. Provate questa ricetta dal sapore eccellente e dal risultato favoloso, poi se amate questa carne vi proponiamo anche la ricetta per farlo in maniera ottima [arrosto!](#)

INGREDIENTI

CONIGLIO 1 kg
PANCETTA (TESA) oppure lardo - 80 gr
OLIVE NERE 200 gr
CIPOLLE 1
CAROTE 1
SEDANO 1 costa
SPICCHIO DI AGLIO 2
SALVIA 2 foglie
ROSMARINO 1 rametto
VINO BIANCO
BRODO DI CARNE
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Per fare il coniglio all'etrusca, tagliate il coniglio (senza testa e senza zampe) in 12 pezzi. In un tegame, fate rosolare, in 8 cucchiari di olio extravergine d'oliva, la pancetta o il lardo a piccoli pezzetti e un trito di tutti gli odori.



- 2 Appena appassiscono unite i pezzi di coniglio e fateli colorire a fuoco vivace. Insaporite con qualche fogliolina di rosmarino e di salvia poi bagnate con un bicchiere di vino, salate, pepate e fatelo ritirare adagio.



- 3 Proseguite la cottura lentamente, per circa un'ora, bagnando con del brodo caldo

all'occorrenza.

Verso la fine aggiungete anche il fegatino del coniglio tagliuzzato grossolanamente. Togliete i pezzi di coniglio e passate la salsa al passatutto, rimettetela nel tegame e proseguite la cottura del coniglio per altri 10 minuti, aggiungendo le olive nere snocciolate e un goccio di brodo.



CONSIGLIO

Posso utilizzare il pollo al posto del coniglio?

Certo, verrà ottimo ugualmente!

Invece delle olive nere, posso usare quelle verdi?

Purtroppo non danno lo stesso sapore mi dispiace.