

SECONDI PIATTI

# Coniglio alla ciociara

---

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

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



Il **coniglio alla ciociara** è un piatto molto gustoso e saporito, perfetto per chi vuole portare a tavola un secondo piatto di carne stuzzicante e rustico. Il coniglio ha carne bianca ed è per questo è molto digeribile e leggero e inoltre è ricco in ferro, quindi per tutta questa serie di motivi può essere consumato spesso. Per renderlo gustoso e appetibile, ci viene in aiuto questa ricetta laziale che utilizza un mix di erbe aromatiche e l'acciuga che va ad esaltare il sapore della carne. Vi lasciamo questa ricetta molto interessante, provatela e fateci sapere. Cercate anche un primo in abbinamento? Allora provate le [tagliatelle ai funghi porcini](#), sempre troppo buone!

Provate anche questi secondi piatti con il coniglio:

[Coniglio alla cacciatore alla romagnola](#)

[Coniglio alla cacciatore con pomodoro e olive](#)

[Coniglio alla reggiana](#)

## INGREDIENTI

CONIGLIO 1

ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO filetti - 2

ROSMARINO 1 rametto

MAGGIORANA 1 pizzico

PEPERONCINI PICCANTI ½

SPICCHIO DI AGLIO 2

VINO BIANCO ½ bicchieri

ACETO DI VINO BIANCO ½ bicchieri

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

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Svuotate e tagliate a tocchetti il coniglio, condite con sale e fate rosolare in padella con olio.



- 2** Quando sarà ben dorato aggiungete un trito di aglio, rosmarino, maggiorana e filetti d'acciuga e peperoncino; lasciate rosolare ancora, bagnate con mezzo bicchiere di vino bianco e poco meno di mezzo bicchiere di aceto.



- 3** Coprite e cuocete a fuoco lento finché il vino e l'aceto saranno evaporati. Servite in un piatto da portata di porcellana bianca.