

SECONDI PIATTI

# Coniglio porchettato

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **20 min**    COTTURA: **40 min**    COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Il **coniglio porchettato**, proprio così, non la solita porchetta di maiale bensì un coniglio in porchetta. L'unica difficoltà nella realizzazione del coniglio porchettato sta nel disossare il coniglio, ma, se non ve la sentite, può farlo anche il vostro macellaio... Se amate poi questo ingrediente perché non provate a farlo anche arrosto con le patate? Buonissimo!

## INGREDIENTI

CONIGLIO 1  
SPICCHIO DI AGLIO 3  
ROSMARINO 2 rametti  
SALVIA abbondante - 2 foglie  
PANCETTA (TESA) affettata finemente -  
100 gr  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola  
SALE  
PEPE NERO

# PREPARAZIONE

- 1 Fate disossare dal vostro macellaio di fiducia una sella di coniglio.



- 2 Controllate che non vi siano ossicini nel coniglio disossato, nel caso rimuovetele.

Distribuite sul coniglio una generosa quantità di foglie di salvia spezzettate a mano, gli aghi di due rametti di rosmarino, 2-3 spicchi d'aglio affettato, sale e pepe macinato al momento.





3 Arrotolate il coniglio sigillando all'interno tutti gli aromi.



4 Fissate il rotolo legandolo con dello spago da cucina.



5 Fasciate il rotolo con della pancetta affettata finemente.

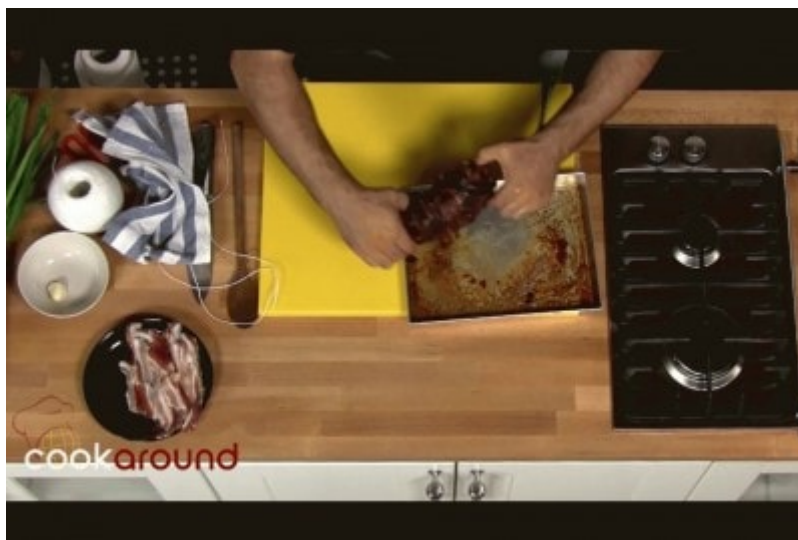


6 Ungete una teglia da forno ed adagiatevi il rotolo di coniglio ed infornate a 190°C per circa 40 minuti.

Una volta cotto, rimuovete la pancetta che non dovrete servire la sua funzione è quella di mantenere la carne di coniglio morbida e succulenta.

Lasciate riposare il rotolo per qualche minuto così da facilitarne il taglio successivamente.

Servite il rotolo affettato e nappato con il fondo di cottura che raccoglierete dalla teglia nella quale è stato cotto.



## NOTE

### **Che coniglio bisogna comprare?**

A seconda della ricetta che si vuole preparare si può scegliere un coniglio di diversa età. Per l'arrosto sono preferibili gli animali giovani, di peso inferiore al chilo e mezzo. I conigli più adulti, anche se hanno una carne meno tenera, risultano più saporiti, quindi sono molto adatti per le preparazioni in umido.

### **Come si riconosce un buon coniglio?**

Una buona carne di coniglio si riconosce dal colore roseo, il fegato deve avere un colore rosso vivo, le cosce devono essere carnose. Come per ogni altro tipo di carne, bisogna controllare che sull'etichetta sia indicata la provenienza. La carne di coniglio si conserva, come le altre carni bianche, nella parte più fredda del frigorifero, avvolta in pellicola trasparente. La carne di

coniglio può essere congelata, avendo cura di consumarla entro due mesi, per evitare che la la bassa temperatura causi la perdita delle sue caratteristiche organolettiche.