

CONIGLIO AL PROFUMO DI AGRUMI

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (2 cucchiaini)
- farina
- 1 dado da brodo
- 1 aglio
- sale
- 1 cipolla
- burro (20gr)
- 1 carota
- Brandy (50ml)
- 2 arance
- 4 foglie di salvia
- coniglio (800gr)
- 2 foglie d'alloro
- vino bianco secco (125ml)

Come si prepara

Prendete il coniglio, asportatene testa, collo e zampe, quindi tagliatelo a pezzi, che poi passerete nella farina eliminando l'eccesso.

Tritate la cipolla con la carota, uno spicchio di aglio e 4 foglie di salvia, fate appassire il tutto, per qualche minuto, in un largo tegame, con due cucchiai di olio e con il burro.

Aggiungete i pezzi di coniglio e lasciate insaporire, mescolando con un cucchiaio di legno. Controllate il sale.

Irrorate con un bicchiere di vino bianco, salate con il dado sbriciolato e aromatizzate con due foglie d'alloro.

Mescolate bene, abbassate la fiamma al minimo, coprite e lasciate cuocere per 1 ora, aggiungendo ogni tanto, se necessario, poca acqua calda, in modo che il sugo rimanga abbondante.

Quando il coniglio sar` cotto, mettetelo in un altro tegame, passate il sugo col passaverdure e versatelo di nuovo sulla carne.

Aggiungete il succo di un'arancia ed un bicchierino di Brandy, continuando la cottura per 10 minuti a recipiente coperto.

Prima di servire, sistemate il coniglio su un piatto da portata caldo e guarnitelo con l'altra arancia tagliata a fettine sottili.

Difficoltà: 3

Tempo: 90

Tabella nutrizionale

Valore energetico	119 kcal 498 kJ
-------------------	--------------------

Tags

frutta, Agrumi, carni bianche, carne, coniglio, ricette agrodolci, Coniglio al profumo di agrumi

