

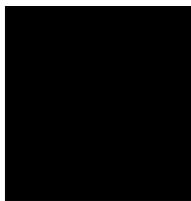
Insalata di coniglio - Difficoltà: facile - Tempi: Preparazione: 30 minuti -

Cottura: circa 2 ore

Categoria : Secondo

Pubblicato da [D.N.](#) in 26/11/2008

Coniglio - 1 intero - Verdure miste - 2 scatole da 400 g - Piselli - 1 scatola da 200 g - Maionese - 5 cucchiari - Erba cipolina fresca - 1 ciuffo - Prezzemolo secco - 1 cucchiario - Alloro secco - 1 cucchiaino - Salvia secca - 1 foglia - Pomodori secchi - 2 metà - Maggiorana secca - 1 cucchiaino - Cipolle - 1 - Olio extravergine d'oliva - 3 cucchiari - Sale



Difficoltà: facile - Tempi: Preparazione: 30 minuti - Cottura: circa 2 ore

Coniglio - 1 intero

Verdure miste - 2 scatole da 400 g

Piselli - 1 scatola da 200 g

Maionese - 5 cucchiari

Erba cipolina fresca - 1 ciuffo

Prezzemolo secco - 1 cucchiario

Alloro secco - 1 cucchiaino

Salvia secca - 1 foglia

Pomodori secchi - 2 metà

Maggiorana secca - 1 cucchiaino

Cipolle - 1

Olio extravergine d'oliva - 3 cucchiari

Sale

Lessare il coniglio in abbondante acqua salata insieme ai pomodori secchi, il prezzemolo, l'aglio, la salvia, la maggiorana e la cipolla. Proseguire la cottura aggiungendo eventualmente altra acqua bollente fino a quando la carne è morbida. Lasciar raffreddare il coniglio nella sua acqua di cottura.

Nel frattempo scolare le verdure miste e i piselli e sciacquarli sotto l'acqua corrente; è importante lasciarli nello scolapasta a lungo perché si asciugino bene. Lavare l'erba cipollina e tritarla.

Quando il coniglio è freddo spolparlo accuratamente e ridurre la polpa in dadini. Metterli in una zuppiera insieme alle verdure miste, ai piselli, all'erba cipollina, alla maionese e all'olio. Mescolare accuratamente avendo cura di non spappolare le verdure. Assaggiare e controllare il sale. Mettere in frigorifero fino al momento di servire.

Suggerimenti

- Tipico piatto estivo ma ideale anche per un buffet. D'estate è bene cuocere il coniglio di prima mattina.
- Lo potete accompagnare con una fresca insalata di stagione e frutta fresca per un pasto completo.
- Per chi non tollera la maionese: provate a sostituirla con una crema a base di yogurt, senape e concentrato di pomodoro da preparare a parte prima di condire l'insalata di coniglio.
- Ideale per i bambini.
- Per verdure miste si intende un cocktail di patate, carote e piselli. Avendo tempo a disposizione si possono sostituire con verdura fresca che fa certamente meglio perché non salata e conservata.