

# Coniglio stufato con carciofi, pinoli e mele verdi (Conejo estofado con alcauciles, piñones y manzanas verdes)



Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

**Alcauciles:** 6 Unidades

**Aceite para freir:** Cantidad necesaria

**Vino Blanco:** 1/2 L

**Harina:** 50 grs.

**Ajo:** 3 Dientes

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Romero:** 1 Rama

**Aceite De Oliva:** 20 cc

**Puerro:** 200 Cantidad necesaria

**Conejo deshuesado:** 1500 g

**Manteca:** 15 g

**Perejil Crespo:** 1 cda.

**Miel:** 2 cdas.

**Vinagre de manzana:** 20 cc

**Salvia:** 2 Hojas

**Laurel:** 1 Hoja

**Piñones tostados:** 50 g

**Nuez Moscada:** Una pizca

**Tomillo:** 1 Rama

## Tortilla de manzanas

**Manzanas verdes:** 200 g

**Sal:** A gusto

**Claras de huevo:** 10 Unidades

**Miel:** 1 cda.

**Nuez Moscada:** Una pizca

## Varios

**Tomates secos:** 100 grs.

## Preparación de la Receta

- Corte el **conejo** en cubos pequeños, pase por *harina* y retire el exceso de *harina*.

- En abundante aceite caliente fría el *conejo*, hasta *dorar*.
- Corte el *puerro* en juliana.
- Pele y corte el *ajo* en láminas finas.
- Pique el *perejil*.
- Limpie los **alcauciles** dejando el corazón y corte en 6 gajos.
- En una olla, con *manteca* y aceite de oliva saltee el *puerro*, el *ajo* y los *alcauciles*.
- Agregue el *conejo*, desglace con vino blanco y *vinagre* de *manzana* y deje evaporar el alcohol. Incorpore la miel, el *laurel*, los piñones, condimente con sal y pimienta.
- Cocine durante 15 minutos a fuego moderado.
- Al final agregue una nuez de *manteca* pasada por *harina* para espesar, retire la hoja de *laurel* y agregue el *romero*, el *tomillo*, salvia y el *perejil* crespo picado.

## Tortilla de manzanas

- Pele y corte las manzanas en cubos pequeños.
- En una *cacerola* con un poco de *manteca* cocine las manzanas, agregue la miel, la nuez moscada y sal.
- En un bowl mezcle las manzanas con las claras de *huevo*, sal y pimienta.
- En una sartén de teflón con aceite de oliva, coloque la mezcla para formar una tortilla.
- Lleve al horno a 180° hasta cocinar.

## Presentación

- Hidrate los tomates secos en agua tibia.
- En la base del plato coloque a tortilla de manzanas, encima el *conejo* estofado, decore con los tomates hidratados.

Consulta la receta original en

<https://elgourmet.com/recetas/coniglio-stufato-con-carciofi-pinoli-e-mele-verdi-conejo-estofado-con-alcauciles-pinones-y-manzanas-verdes>