

Tonno di coniglio



Ingredienti per 4 persone

- 1 Coniglio intero
- 1 carota
- 2 coste di sedano
- 2 rametti di prezzemolo
- 1 cipolla piccola
- 2 rametti di timo
- 3 chiodi di garofano
- 2 rametti di rosmarino
- 5 spicchi d'aglio
- Abbondante salvia
- 2,5 lt acqua
- Sale, olio evo q.b.

.....
Vasetti di vetro sterilizzati

Preparazione

Versare l'acqua in una pentola capiente, aggiungere 1 cucchiaio e mezzo di sale grosso, sedano, carota, cipolla, prezzemolo, timo, rosmarino chiodi di garofano e qualche foglia di salvia. Coprire con MCSD e portare a bollore a fiamma viva. Raggiunta l'ebollizione immergere il coniglio intero, accuratamente lavato. Coprire con MCSD e lasciar cuocere per i primi 10 min. a fiamma media, poi abbassare la fiamma e proseguire la cottura per 20 min. Durante la cottura assicuratevi che il coniglio sia sempre immerso nel liquido, all'occorrenza aggiungere altra acqua. Spegnerlo il fuoco e lasciar raffreddare il coniglio nel liquido di cottura con MCSD. Una volta freddo farlo scolare e spolparlo. Ora disporre i vasetti su un piano da lavoro e versare sul fondo di ogni vasetto abbondante olio evo un po' di aglio tritato e qualche pezzettino di salvia spezzettata a mano. Disporre uno strato di polpa di coniglio e poi di nuovo le spezie e l'olio fino a riempire quasi tutto il vasetto. Si consiglia di lasciare circa 2 cm di spazio tra l'ultimo strato di carne e la chiusura del vasetto, che andremo a colmare con olio evo. Una volta riempiti chiudere tutti i vasetti e disporli in una pentola, preferibilmente avvolti con strofinacci per evitare che sbattano tra loro durante la bollitura e ricoprirli con abbondante acqua fredda. Coprire con MCSD e portare a bollore a fiamma viva, a bollore raggiunto abbassare la fiamma al minimo e proseguire la cottura per 30 min. Spegnerlo e lasciarli raffreddare in pentola, così facendo si creerà il sottovuoto e potranno essere conservati per 4-5 mesi. Ottimo consumato anche dopo una settimana. Per chi volesse un sapore piccante aggiungere ai vasetti qualche pezzetto di peperoncino fresco o qualche grano di pepe nero.

Lorena Vecchini