OLIO CUORE

Coniglio al forno con salvia e rosmarino

Ingredienti

- 1,5 kg coniglio a pezzi
- 1 spicchio aglio
- salvia
- rosmarino
- 100 g vino bianco secco
- 2 cucchiai **Olio Cuore**
- qb brodo vegetale
- qb farina
- qb sale
- 80 g misticanza (rucola, lattughino, valeriana)

- **Portata: Secondi**
- **Tempo: 20''**
- **Persone: 6**
- **Calorie: 146.33 Kcal**
- **Grassi: 4 g**

Preparazione

- Versare in padella due cucchiai di **Olio di Mais Cuore.**

- Unire un cucchiaino di salvia, un cucchiaino di rosmarino, lo spicchio d’aglio e fare insaporire.

- Passare nella farina i pezzi di coniglio.

- Rosolarli con il trito aromatico e rigirarli per dorarli uniformemente.

- Quando la doratura risulterà uniforme, sfumare la carne con il vino.

- Fare evaporare il liquido, salare e trasferire la carne in una pirofila da forno.
- Passare la pirofila in forno a 185° per 40 minuti, controllando che la carne non si asciughi troppo (in questo caso mantenerla morbida con brodo vegetale o acqua bollenti).
- Porre il coniglio nel piatto, contornare con la misticanza e servire.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico