



Conejo al romero con espárragos trigueros

Descripción

default watermark



La carne de conejo marida muy bien con un amplio abanico de especias y verduras, en Ã©sta ocasiÃ³n le meteremos una ramita de romero (sin abusar porque es bastante potente) y unos trigueros, que estamos en plena temporada.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 1.200 gr de conejo troceado.
- 300 gr de espárragos trigueros no demasiado gruesos.
- 1/ cebolla mediana.
- 1 diente de ajo grande.
- 1 puerro mediano.
- 1 vaso de vino blanco, unos 250 ml.
- 1 ramita de romero fresco.
- 1 clavo de especia.
- 1 hoja de laurel.
- Sal, pimienta molida, perejil, aceite de oliva.
- Harina para el conejo.
- Caldo de carne o verduras, si es necesario para la salsa.

Preparación.

Limpiamos el conejo de grasa y demás, salpimentamos y reservamos.

Limpiamos la cebolla, pelamos el ajo, troceamos ambos finamente y reservamos.

Lavamos bien el puerro y el perejil bajo el grifo, troceamos y reservamos.

Enharinamos el conejo y lo pasamos a una olla rápida con un chorro generoso de aceite de oliva, calentamos al fuego y sellamos los trozos de conejo por todas sus caras (lo haremos en varias tandas). Una vez hecho sacamos y reservamos.





En el mismo aceite echamos la cebolla y el ajo picados, y el clavo (quedarán restos del conejo en el fondo de la cazuela, pero ¿ni caso!), removemos. Cuando se dore añadimos el puerro, el perejil y la hoja de laurel. Pochamos todo, sazonomos, removemos.





Y cuando estÃ© blando, incorporamos el conejo y la rama de romero. Removemos y vertemos el vino, **ahora serÃ¡a el momento de raspar el fondo de la olla con la espÃ¡tula para retirar los restos del conejo**, no cuesta mucho.



Removemos bien todo, la salsa espesará un poco debido a los restos de harina del conejo. Si vemos que espesa demasiado o es poca salsa la que resulta, añadimos el caldo, la cantidad a nuestro gusto. Rectificamos de sal y cerramos la olla, desde que empieza el vapor dejaremos cocer 20 minutos.

Mientras se nos hace el conejo, podemos preparar los espárragos: retiramos la parte dura del tallo (el extremo contrario a la yema del espárrago), pasamos por el grifo para retirar la suciedad que puedan tener y separamos las yemas de los tallos y reservamos. Estos últimos los picamos en trozos de uno o dos cm.





En una cazuela baja y amplia vertemos aceite de oliva, llevamos al fuego medio y echamos los tallos troceados, salteamos hasta que estén blandos y añadimos las yemas, removemos, salpimentamos y dejamos que se ablanden también.



Una vez que se puede abrir la olla, podemos servir el conejo y acompañarlo con los trigueros.

  Es una delicia de plato!

Consejo: Como todo guiso lo podemos preparar con antelación, incluidos los espárragos que añadiremos en el momento de servir.

Síguenos en Facebook: facebook.com/masgpostres

En Instagram: instagram.com/_masgpostres

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo: hola@masgpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categorías

1. Carnes
2. Recetas sin horno
3. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

abril 15, 2019

Autor

admin

default watermark