



## Coniglio speziato con verdure

### Ingredienti

g 800 coniglio a pezzi

mezzo cucchiaino delle seguenti spezie: maggiorana, coriandolo, curry, cumino, zenzero, 5-6 grani di bacche rosa

1 spicchio d'aglio (tritato) oppure una spolverata di aglio in polvere

aghi di rosmarino (presi da un rametto) e un ciuffetto di erba cipollina (tritata) Si possono usare anche rosmarino e erba cipollina secchi utilizzandone, in questo caso, 1 cucchiaino

1 carota (2 se sono piccole)

1 peperone giallo

3 coste di sedano

10-12 pomodorini ciliegini

3-4 funghi champignon (meglio se porcini)

1 scalogno piccolo, tritato

3 cucchiari di aceto balsamico

dado e sale q.b.

Un modo leggero, ma saporito di cucinare il coniglio. Le spezie serviranno anche a togliere l'eventuale sapore di "selvatico" oltre a renderlo più appetitoso.

Lavare i pezzi di coniglio. Una volta sgocciolato metterlo in una terrina a marinare con le spezie e l'aceto balsamico per almeno 3 ore a temperatura ambiente.



Trascorse le 3 ore, lavare le verdure e tagliarle a dadini, tranne i pomodorini che andranno aggiunti interi.

In una casseruola capiente mettere 3-4 cucchiari di acqua e un po' di dado e far "soffriggere" lo scalogno. Versarvi il coniglio con la marinatura e farlo rosolare a fiamma alta, mescolando spesso.



Aggiungere a questo punto tutte le verdure e un bicchiere abbondante d'acqua, abbassare la fiamma al minimo, aggiustare di sale e lasciar cuocere per almeno un'ora, mescolando ogni tanto. Nel caso si asciugasse troppo aggiungere un po' di acqua calda.

