



Coniglio all'ischitana - [Visualizza sul sito di rosaria](#)

secondi piatti - carne - olive

Ingredienti

Coniglio tagliato a spezzatino

aglio, olio, un barattolo di pelati, un pomodoro secco o un po' di concentrato, olive nere di gaeta, rosmarino, salvia, maggiorana, bacche di ginepro, cipolla, prezzemolo, sale, peperoncino (se lo gradite), 1 bicchiere di vino bianco secco

Mettere a rosolare il coniglio in abbondante olio insieme a qualche spicchio di aglio in camicia e ad un rametto di rosmarino. L'ideale sarebbe di adoperare un largo tegame di coccio, ma va benissimo anche la wok o affini

Quando è ben dorato, toglierlo, buttare via l'olio, rimetterne qualche cucchiaio nuovo (per la verità, una volta, quando l'olio era un bene prezioso, si recuperava, filtrandolo, quello in cui si è rosolato il coniglio!), affettare finemente la cipolla, aggiungere gli altri aromi (compreso un po' di aglio tritato) e rimettere il coniglio a rosolare per altri 5 minuti. Salare, sfumare con il vino e poi aggiungere i pelati pelati a pezzetti, il pomodoro secco e le olive, aggiustare di sale e ultimare la cottura.

E' consigliabile prepararlo un po' in anticipo e lasciarlo riposare, perchè così la carne si insaporisce ulteriormente.