Conejo Estofado

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Paco Llull **Recetizador:** karmela



Tiempo: 1h y 30min
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Baja en colesterol
Otros: Cocina Casera
Coste: Económico

El truco de esta receta:
La receta estará más sabrosa si utilizamos conejo de monte.

Descripción:

Esta receta es de lo más saludable porque la carne de conejo es baja en grasa.

Ingredientes para 4 personas :

- 1 K de Conejo Troceado
- 3 Tomates maduros
- 1 Cebolla
- 1 diente de Ajo
- 1 Zanahoria
- 1 ramito de Romero y Tomillo
- Aceite de Oliva
- Sal
- 150 gr de Aceitunas
- 100 ml de Vino Blanco

Preparación:

Paso 1

En una cazuela ponemos aceite a calentar y doramos el conejo, junto con el diente de ajo y la cebolla cortada fina. Cuando esté bien dorado añadimos las zanahorias cortadas y los tomates triturados.

Paso 2

Rehogamos bien removiendo cuidadosamente y vertemos el vino. Dejamos cocer a fuego vivo unos minutos para que se evapore el alcohol.

Paso 3

Sazonamos y añadimos el ramito de romero y tomillo junto con las aceitunas. Tapamos y cocinamos a fuego bajo hasta que el conejo esté tierno vigilando para que no se pegue ni se quede seco.