



Insalata di Coniglio all'Arancia con Insalatine di Campo e Aceto Balsamico

Ingredienti per 6 persone:

1 coniglio

2 arance

300gr. di insalatine pulite

2 cucchiaini di olio d'oliva

1 cucchiaio di aceto balsamico

sale e pepe q.b.



Preparazione:

Pulire bene il coniglio e spezzarlo in piccole trancie. Insaporirlo con sale e pepe e metterlo in una teglia con un poco di olio in forno, coperto. Cuocerlo a fuoco lento per circa 30 minuti.

Toglierlo dal fuoco e metterlo a raffreddare. Nel frattempo preparare le arance, sbuciarle e ridurre le bucce a strisciole julienne.

Separare a spicchi l'arancia sbucciando ogni spicchio.

Contemporaneamente far bollire le bucce d'arancia per alcuni minuti.

I coniglio oramai freddo, dovrà essere disossato e sfilacciato, condire il coniglio con un poco di olio, e porlo al centro dell'insalatina sul piatto. Guarnire il piatto con le bucce di arancia sopra il coniglio e l'insalata, con intorno gli spicchi dell'arancia stessa. Completare il condimento con l'olio rimasto e l'aceto balsamico.