Coniglio al pomplemo rosa, mele e miele. Un secondo a 4 mani.



Tutto è partito da quelle orecchiette vongole e gorgonzola
cucinate dallo Ziopiero insieme a Tery.
Lo Ziopiero concludeva il suo post con l'invito ad altre proposte e così ha cominciato a solleticarmi l'idea di una nuova ricettina a 4 mani.
In fondo perchè no, poteva essere divertente!
SI'-no…no-SI'…dopo il classico, lungo tira e molla:
"zioooooo…Piero…Ziopiero…oddìo…come ti chiamo?"
perchè il dubbio mi viene sempre!
"che ne diresti se raccogliessi il tuo invito e cucinassimo insieme qualcosa?"
"benone, hai già un'idea in mente?"
"ehm…veramente sì, ma chissà se ti stuzzica!"
Fra tre proposte inziali lo zietto è stato subito molto selettivo, puntando dritto dritto al secondo, ma…ma…ma…quel coniglio speck e mele non è che lo convincesse poi tanto!
Zioooo…se ci ripensi però, provalo…che tanto male non è!
"Miele? Perchè non mettiamo il miele?"
"Miele-mele…mhhh, secondo me è un po' dolce. Ci vorrebbe qualcos'altro!"
Ho buttato là il pompelmo, in questo periodo sono in serio clima "agrumi" a gogò ed

è stata la parolina vincente per iniziare a costruire la ricetta!

Metti qui, togli lì, rucola sì, mele no, sì allo zenzero con un tocco di pepe rosa…alt…aspetta…**DIETROFRONT**!!!

Togli la rucola e forse pure lo zenzero…piglio fiato forse è fatta…

FOOOOOOOOORSE!

Arriva l'ultima mail…in extremis!

MELAAAAAAAAA!

L'ultima parola dello Ziopiero è stata: **MELA**! Ci vuole la mela!

Ecco, in quel momento mi sono sentita persa…lo ammetto! Perchè in tutta sincerità non ero mica tanto convinta di quella mela col miele, mah!

Eppure a vedere le sue foto…quasi quasi…forse "male la mela" non era ^_^

E mela fu!



Coniglio al pomplemo rosa, mele e miele

Print
Prep time
2 hours 30 mins
Cook time
40 mins
Total time
3 hours 10 mins

Per 4 persone

Author: Federica
Recipe type: Secondi piatti
Serves: 4
Ingredienti

- 500 gr di lombatine di coniglio pronte per la cottura
- 2 pompelmi rosa
- 1 mela
- 1 cucchiaio pieno di miele (io ho usato quello di agrumi)
- 1 scalogno
- zenzero fresco (facoltativo)
- bacche di pepe rosa
- ciuffetti di timo (facoltativo)
- 3 cucchiai di olio evo
- sale

Procedimento

1. Spremere i pompelmi, filtrare il succo e usarlo per marinare un paio d'ore il coniglio a pezzi.
2. In un tegame far rosolare leggermente nell'olio lo scalogno (e volendo un po' di zenzero) tritato, aggiungere le lombatine di coniglio scolate dalla marinata e lasciare che prendano colore a fiamma viva.
3. Sfumare con parte del succo di pompelmo della marinata, regolare di sale, aggiungere qualche bacca di pepe rosa pestata e proseguire la cottura per circa 30 minuti, coperto e a fiamma bassa, bagnando di tanto in tanto con il restante succo.
4. A circa ⅔ di cottura aggiungere il miele, mescolando bene in modo che il coniglio si insaporisca.
5. Appena prima di spegnere aggiungere qualche fettina di mela tagliata non troppo sottile (la mela deve solo ammorbidirsi, senza disfarsi).
6. Servire il coniglio irrorato dal fondo di cottura e contornato dalle fettine di mela "glassate", decorando con qualche bacca di pepe rosa e i ciuffetti di timo.
7. Accompagnare a piacere con una fresca insalata (o magari

anche con del riso pilaf per un gustoso piatto unico).



Devo dire che cucinare con lo Zio è stata un'esperienza molto divertente e stimolante, accompagnata anche da un buona dose di suspence!

Quando ho letto l'ultima variazione alla ricetta a poche ore dalla cottura…mi è preso il panico!

"non è che ora –mela- cambia di nuovo quando il coniglio è già in padella"…il dubbio m'è preso!!!

Ma un pizzico di imprevisto a movimentare le giornate ogni tanto fa bene e diciamo che per ora ho fatto il pieno ^__^

Lo scetticismo iniziale per la mela è stato in parte smentito.

Non lo avrei detto, ma mele e miele insieme danno al tutto una nota dolce gradevole.

La cavia però ama molto i gusti amarognoli, per cui penso che proverò anche la versione "pompelmata" senza mele con l'aggiunta di rucola e vi aggiornerò su eventuali sviluppi. Magari usando il pollo!!!

Per le sensazioni dello Zio, per sapere come ha vissuto lui quest'esperienza , vi rimando direttamente al suo post Io posso dirvi che se vi capita l'occasione di "cucinare insieme" con un amico blogger approfittatene subito, perchè al divertimento si accompagna il piacere di condividere le stesse passioni e di rendere più "vivi e reali" i rapporti di amicizia.

Grazie Zio, sono stata contenta di entrare un po' nel tuo mondo e cucinare con te!

NOTA: i non amanti del coniglio mi perdonino per questo bis!

Proprio ad essere sincera non avrei mai il coraggio di comprare il coniglio e anche

mangiarlo mi crea qulalche difficoltà. L'ultima volta che al super mi è capitato sott'occhio, intero, stavo per sentirmi male.
Ma si sa, con le mamme è difficile combattere e visto che ormai nel mio freezer quel povero coniglietto in un modo o nell'altro ci era finito, dovevo pur consumarlo.
Meno male che c'è la cavia che si presta volentieri ai miei esperimenti e adesso tranquilli, la scorta è esaurita, il coniglio se ne starà buono e tranquillo per un bel po' ^__^

Ed ora, prima di salutarvi augurandovi un felice week end, vorrei ricordarvi di partecipare al bellissimo contest di Cinzia "Gli Agrumi"…non mancate!
Io ci aggiungo fuori gara anche questa ricetta!

