

TONNO DI CONIGLIO SOUS VIDE

INGREDIENTI (per 6 persone)

1 coniglio fatto a pezzi
4 foglie di alloro
bacche di ginepro
olio EVO
sale fino
(per i vasetti)
6 spicchi d'aglio
olio EVO q.b.
2 gambi di sedano
12 foglioline di alloro
pepe nero
bacche di ginepro
olive taggiasche



PREPARAZIONE

Marinate il coniglio in una salamoia aromatica creata con acqua, sale al 10%, alloro, bacche di ginepro e pepe nero. Portate a ebollizione, lasciate raffreddare e fate marinare il coniglio per 12 ore.

Scolatelo dalla marinatura, asciugatelo con carta da cucina e cospargetelo di sale fino.

Inseritelo in un sacchetto da sottovuoto con le erbe aromatiche e l'olio EVO, sigillatelo con la macchina per il sottovuoto e immergetelo in un recipiente pieno d'acqua che avrete portato a una temperatura di 70°.

Lasciate cuocere per 12 ore.

Mentre il coniglio cuoce sbucciate l'aglio, tagliate gli spicchi a metà ed eliminate il germoglio; riponete uno spicchio in ciascun vasetto e ricopritelo d'olio EVO:

Una volta terminata la cottura, estraete il coniglio dai sacchetti.

Rimuovete l'aglio dai vasetti e sfilacciate il coniglio con le mani – ancora da caldo.

Riponete nei vasetti, aggiungendo bacche di pepe e di ginepro, alloro, sedano tagliato fine e olive taggiasche. Ricoprite nuovamente con olio EVO e servite direttamente nei vasi.