

Receta de Conejo a la Cerveza

07 Abr 2015



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una receta de una de las carnes blancas más bajas en calorías y escaso contenido en grasas, se trata de la carne de conejo que es una de las más saludables en esta ocasión la receta es Conejo a la Cerveza, seguro que os gustará.

Ingredientes

- Conejo limpio y troceado (uno o más según comensales)
- Cebolla (una pequeña)
- Ajos (tres o cuatro dientes)
- Zanahorias (dos o tres)
- Cerveza (500ml)
- Harina
- Aceite de oliva
- Tomillo, romero y estragón (una cucharadita de cada)
- Pimienta negra
- Sal

Modo de Preparación

1. En una cacerola con un poco de aceite de oliva, dorar los ajos, sacarlos y machacar en el mortero, reservar para después
2. Poner los trozos de conejo en una fuente y rociarlos con sal y pimienta
3. Pasar los trozos de conejo por harina y dorarlos en el aceite de refreír los ajos, dejarlos en una fuente que escurran
4. En el mismo aceite, si es poco poner un poquito más, refreír la cebolla bien picadita y dejar que se dore, después echar las zanahorias peladas y cortadas en rodajas
5. Dejar cocer unos cinco minutos a fuego medio
6. Echar los trozos de conejo reservados y remover, añadir los ajos machacados, el estragón, el tomillo y el romero
7. Añadir la cerveza y dejar hervir con la cacerola tapada unos cuarenta y cinco minutos a fuego medio
8. Rectificar de sal y pimienta si fuera necesario, Servir caliente y.....buen provecho!!!