

1 Luglio 2010

Lombatine di Coniglio in Agrodolce

Tempo di preparazione circa 30 minuti
(oltre a 30 minuti per il lavaggio)

INGREDIENTI:

PER 4 PERSONE:

8 Lombatine di Coniglio

Acciughe sott'olio, 12 filetti, Aglio, 2 spicchi

1 Peperoncino Rosso, Capperi sotto sale, una manciata, Olive Nere non denocciate, circa 20

Mandorle chiare sbucciate, 50 grammi

Aceto di vino bianco, mezzo bicchiere (circa 80 cc) + quanto basta per il lavaggio

Zucchero bianco, 4 cucchiaini da caffè

Timo fresco, un paio di rametti per la cottura e qualche rametto per la guarnizione dei piatti

Salvia, quattro foglie per la cottura e qualche foglia per la guarnizione dei piatti, Alloro, due foglie

ATTREZZATURA NECESSARIA

Tagliere, Batticarne, Tegame largo, Recipiente di adeguate dimensioni per il lavaggio delle lombatine, Cucchiaino da cucina, Cucchiaino da caffè, Bicchiere, Strofinaccio pulito

1	Sciacquate delicatamente le lombatine e disponetele in un recipiente dopo averle battute leggermente con il batticarne, assottigliandole un poco
2	Irrorate con un paio di bicchieri di aceto di vino bianco, poi aggiungete un bicchiere di acqua fredda. Lasciate a bagno per circa mezz'ora,, rimestandole ogni tanto affinché tutte si marinino nell'aceto
3	Asciugate una ad una le lombatine, senza sciacquarle dalla marinatura, passandole delicatamente in uno strofinaccio pulito e tenetele in un piatto pronte all'uso
4	Mettete tre cucchiaini di Olio Extravergine di Olive nel tegame. Aggiungete i 12 filettini di acciughe sott'olio, i due spicchi d'aglio, sbriciolate il peperoncino rosso e fate scaldare su fuoco bassissimo. Mescolate l'intingolo facendo sciogliere i filetti di acciughe. Fate attenzione a che l'olio non friga, altrimenti l'intingolo risulterà amaro
5	Accomodate le lombatine ben stese nel tegame facendo attenzione che non si sovrappongano. Aggiungete l'alloro, la salvia e i rametti di timo. Sciacquate bene i capperi e metteteli nel tegame, così come le olive. Usando il batticarne e lo strofinaccio frantumate grossolanamente le mandorle. Cospargetele sopra le lombatine. Alzate leggermente il fuoco e lasciate cuocere 10 minuti per parte. Se necessario <u>aggiustate di sale</u>
6	Le lombatine cominceranno a dorare leggermente. Dopo circa 20 minuti raccogliete un poco di intingolo con il cucchiaino e irrorate le lombatine lasciando cuocere sempre a fuoco medio
7	Mescolate 4 cucchiaini da caffè di zucchero bianco in mezzo bicchiere di aceto dio vino bianco. Versate sopra le lombatine in cottura
8	Alzate un poco la fiamma e lasciate sfumare l'aceto per 5 minuti, L'intingolo dovrà restringere un poco
9	Le lombatine sono pronte. Eliminate l'alloro la salvia ed il timo
10	Servitele in ampi piatti, con abbondante intingolo, distribuendo equamente capperi, mandorle ed olive
11	Guarnite con foglie di salvia ed un rametto di timo freschi
12	Profumo straordinario, sapore anche di più
13	Pane fresco croccante ed un vino bianco profumato e ben fresco sono la miglior compagnia di questa pietanza
14	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere