



**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



**Ricetta N. RE001285**

**Registrata in data 10 Mag 2017 alle ore 11:45**

**da GABRIELE GROSSI**

Livello di difficoltà: Facile

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

## **Lombo di coniglio in doppia cottura con farcia mediterranea e la sua salsa**

Lombo di coniglio in doppia cottura con farcia mediterranea accompagnato dalla sua salsa.

Tempo di preparazione: 50 minuti

### **Ingredienti per 4 persone**

Per la vellutata di zucca e zenzero

zucca violina o piacentina g 180

n. 1 rametto di rosmarino

zenzero q.b.

50 g scalogno

olio evo q.b.

vino bianco Vermentino per sfumare

sale q.b.

Per il coniglio

n.4 lombi di coniglio da 180 g cadauno

40 g cadauno di mazzancolle

30 g cadauno olive taggiasche

25 g cadauno pinoli del parco di San Rossore

vino bianco per marinare

olio evo q. b.

n.1 rametto di rosmarino piccolo

n.1 spicchio di aglio in camicia

finocchietto

sale q.b.

pepe q. b.

Per la panure

200 g farina gialla bramata

25 g amido di mais

arance grattugiate q.b.

65 g pecorino stagionato del parco di San Rossore

sale q.b.

pepe q.b.

n.3 albumi

olio di semi di girasole

Per il purè di patate vitelotte

180 g patate vitelotte

65 g burro

sale q.b.

30 g pecorino del parco di San Rossore

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito web [www.mysocialrecipe.com](http://www.mysocialrecipe.com)

oppure scrivere un messaggio all'indirizzo [info@mysocialrecipe.com](mailto:info@mysocialrecipe.com)

Per il filangè di finocchi e carote allo scalogno e finocchietto fresco  
g 120 finocchi  
120 g di carote novelle  
scalogno q. b.  
finocchietto q.b.  
olio evo

Cialda di patate vitelotte (purè di patate)

Per la salsa  
scarto del coniglio  
scarto delle mazzancolle  
sedano  
carote  
scalogno  
scorza di arance  
aglio  
rosmarino  
vino bianco  
sale  
pepe

### **Strumenti di cottura**

Microonde

### **Preparazione**

Per la vellutata di zucca: tritare lo scalogno e mettere in una casseruola con olio extravergine di oliva e rosmarino, far soffriggere e aggiungere la zucca tagliata a cubetti sottili. Una volta cotta, frullare o passare da uno schiacciapatate e setacciare in un colino a maglie sottili, aggiungere zenzero e sale.

Per il coniglio: mettere il lombo di coniglio in sottovuoto spinto per 6 ore con sale, pepe, olio evo, un rametto di rosmarino, vino bianco e uno spicchio di aglio senza anima. Prendere le mazzancolle, eliminare la corazza e la testa e mettere in sottovuoto per 9 ore con olio evo, finocchietto sale, pepe nero, vino bianco. Una volta marinati i due prodotti, disossare il coniglio, fare un trito grossolano di olive taggiasche e pinoli tostati. Mettere la farcia all'interno del coniglio e aggiungere gamberi. Chiudere aiutandosi con della pellicola alimentare e legare con dello spago per alimenti, passare in padella con un filo d'olio il rametto marinato di rosmarino e uno spicchio d'aglio in camicia. Una volta rosolato ambo le parti cuocere nel roner a 85° per 10 minuti e una volta pronto passare nella panure e friggere.

Panure: miscelare tutti gli ingredienti in una bowl e friggere ad una temperatura di 170°.

Per il purè di patate vitelotte: lessare le patate in acqua e sale, una volta cotte spellare a passare allo schiacciapatate, aggiungere burro, sale, pecorino, finchè risulti una vellutata da poter stendere con il pettine.

Filangè di finocchi e carote allo scalogno e finocchietto fresco: tagliare filangè gli ortaggi, sbianchire e raffreddare velocemente in acqua fredda. Appassire lo scalogno con poco olio, saltare velocemente gli ortaggi e aggiungere il finocchietto prima di impiattare.

Per la cialda di patate vitelotte: stendere su carta da forno il purè di patate e cuocere a microonde per pochi secondi alla massima potenza.

Per la salsa far rosolare gli aromi con le verdure, aggiungere gli scarti, rosolare sfumare con il vino bianco, aggiungere acqua fredda e far sobbollire finchè il composto si è ridotto di un terzo. Filtrare all'etamina e legare con la lecitina di soia.

### **Vino consigliato**

Vermentino