



Tonno di coniglio, fagioli e cipolla Chef Simone Ricci

Ingredienti:

Per il coniglio:

- 1 coniglio da 1 kg almeno
- Erbe aromatiche miste (salvia, timo, rosmarino, mirto)
- 2 coste di sedano
- 2 carote
- 1 cipolla
- 5 spicchi d'aglio
- 3 chiodi di garofano
- Olio extra vergine
- Sale

Per la crema di fagioli:

- 500 gr di fagioli cannellini cotti
- 50 gr di patate
- 50 gr di cipolle
- 50 gr di olio extra vergine

Acqua

Per le cipolle:

- 4 cipolle di Tropea
- Pastella per friggere
- Olio per friggere

Procedimento:

da preparare il giorno prima: Riempite di acqua una grande pentola; tagliate la testa dal coniglio e togliete le interiora ; mondate le verdure, steccate la cipolla con i chiodi di garofano e immergete le verdure nell'acqua , portate lentamente a bollire e aggiungete un cucchiaio di sale grosso e il bouquet garni (rosmarino,timo,mirto, salvia) legato con dello spago da cucina; quando il brodo vegetale sarà ben caldo immergete anche il coniglio intero e fate cuocere per almeno 60 minuti o fino a che la carne risulta tenerissima. Trascorso questo tempo, prelevate il coniglio e trasferirlo in una ciotola molto capiente, versatevi sopra il suo stesso brodo di cottura ancora bollente fino a coprirlo; lasciatelo raffreddare completamente nel suo brodo. Prelevate il coniglio e fatelo scolare in un colino; spolparlo e sfilacciare la carne molto finemente; lavate delicatamente la salvia e pelate gli spicchi d'aglio; prendete dei vasetti sterilizzati e muniti di coperchi con la valvola per il sottovuoto (o una terrina di coccio o vetro tipo quelle da plumcake per un consumo rapido), versate sul fondo abbondante olio di ottima qualità, un poco di aglio e qualche foglia di salvia e parte del coniglio sfilacciato, poi di nuovo olio, aglio, salvia e coniglio fino a terminare la carne. In ultimo versate ancora poco olio sulla superficie. Chiudete i vasetti ermeticamente e sterilizzateli. Una volta sterilizzata si conservano 6 mesi.

Preparare la crema di fagioli: fate appassire la cipolla con l'olio, aggiungete le patate ed i cannellini, coprite con l'acqua e portate a bollire, lasciate sobbollire per 1 ora, frullate e regolate d sale, filtrate e conservate tiepido.

Per le cipolle: tagliate le cipolle ad anelli spessi 3 mm circa, immergete in acqua acidulata e lasciate riposare per 1 ora. Trascorso questo tempo asciugateli e tuffateli nella pastella gelata, friggeteli velocemente. Disporre poca crema nei piatti, sopra di essa mettere il tonno di coniglio e guarnire con la cipolla croccante e qualche fogliolina di timo.

