



Conejo guisado con verdura y patata

Ingredientes - Para 2 persona(s)

- 1 Ud. de *Conejo*
- 5 Diente(s) de *Ajo*
- 3 Ud. de *Cebolla*
- 2 Ud. de *Zanahoria*
- 2 Ud. de *Puerro*
- 1 Ud. de *Pimiento verde*
- 2 Ud. de *Patatas*
- *Aceite de oliva virgen*
- *Sal*
- *Pimienta*
- *Caldo de verdura*

Preparación

Paso 1 - Aderezar el conejo

Seleccionamos todos los ingredientes que vamos a utilizar y empezamos sazonando el conejo con la sal y pimienta. Esto lo hacemos antes que nada para poder dejar el conejo con la sal y la pimienta reposando hasta que lo vayamos a usar.

Recomendación: Mejor que el conejo no sea muy grande y esté bien troceado, nos ayudará a cocinarlo y a manejarlo mejor.

Paso 2 - Pelar y triturar las verduras

Pelaremos y romperemos los ajos. La cebolla y la zanahoria las pelaremos y las trituraremos, por separado, en una batidora. El puerro lo trocearemos en aros, el pimiento verde lo trocearemos lo más pequeño posible y la patata la pelaremos y la trocearemos en cachos más grandes.

Nota: Yo he elegido cebolla, zanahoria, pimiento y puerro, pero podemos echar cualquier tipo de verduras, es una buena receta para hacer limpieza de nevera de todos aquellos restos que nos hayan quedado.

Paso 3 - Dorar los ajos y el conejo

Pondremos, en una olla o sartén grande, los ajos machacados para dorarlos un poco con aceite (vigilar que no se quemen porque darían mal gusto al plato).

Seguidamente le añadiremos los trozos sazonados de conejo para dorarlos, mínimamente, vuelta y vuelta. Retiraremos el conejo a un plato y añadiremos los trozos de patata, también,



para dorarlos un poco.

Retiraremos la olla o sartén del fuego y lo reservaremos para más tarde.

Paso 4 - Hacer el sofrito de las verduras

En una olla a parte, lo más grande y profunda posible, en la que calculemos que nos entran todos los ingredientes, añadiremos un poquito de aceite virgen extra al cual iremos añadiendo las verduras.

Primero añadiremos la cebolla y la zanahoria triturada, el puerro y el pimiento. Rehogaremos todos los ingredientes a fuego lento y añadiremos el aceite, las patatas y los ajos que teníamos reservados en la otra sartén.

Mezclar todo bien, y sazonar al gusto.

Paso 5 - Cocinar el conejo con las verduras

Añadiremos el conejo al sofrito que tenemos hecho, mezclaremos bien y lo cubriremos con agua, o, preferiblemente, con caldo de verduras o agua con una pastilla de caldo.

Cocinarlo a fuego medio durante unos 20 minutos aproximadamente hasta que el caldo reduzca y comprobemos que el conejo está bien hecho.

Recomendación: Le podemos echar cualquier tipo de hierba aromática o especia al gusto del comensal.

Paso 6 - Emplatar y a la mesa

Llega el mejor momento de la cocina. Cuando el conejo esté bien hecho, lo colocaremos en una fuente adecuada y lo acompañaremos, como plato único, con una ensalada o un poquito de arroz si queremos. ¡No os olvidéis del pan para untar!