

LENTEJAS ESTOFADAS CON CONEJO EN ESCABECHE

INGREDIENTES PARA 6 PERSONAS

- 1 conejo
- Sal
- Unos granos de pimienta negra
- 350 gr aceite de oliva virgen extra
- 100 gr vinagre de Jerez
- Agua/Fondo blanco/Caldo de verduras
- 1 cabeza de ajos
- 2 cebollas
- 2 hojas de laurel
- 2 zanahoria
- Tomillo al gusto
- Romero al gusto
- 300 gr lentejas
- Cebolla claveteada
- Pimiento rojo
- Tomate triturado

ELABORACIÓN

Para hacer el conejo en escabeche empezamos a trocear el conejo, como lo vamos a desmigalar puede cortarse en trozos grandes, salpimentar y reservar.

En una olla poner, en crudo, las cebollas y la zanahoria cortadas en juliana (tiras de unos 5 centímetros), el laurel, unos granos de pimienta enteros, el tomillo, el romero y la cabeza de ajos cortada por la mitad. Reservar.

Freír el conejo en el aceite. Es importante este proceso: una buena fritura es imprescindible para conseguir un buen escabeche.

Ve poniendo las piezas de conejo fritas en la cazuela, sobre la cama que has preparado con la cebolla y los demás ingredientes. Una vez esté todo frito echa el aceite de la fritura por encima.

Añade el vinagre. Añade el agua o fondo hasta que el conejo quede casi cubierto.

Cocer hasta que esté hecho. Un conejo suele tardar unos 40-50 minutos. Una vez esté tierno lo desmigaremos y lo mezclaremos con las verduras y el propio escabeche de nuevo.

Para el estofado de lentejas, haremos un sofrito con el pimiento, una cebolla y un diente de ajo cortados muy finamente. Añadimos pimentón dulce, tomate triturado, las lentejas, cubrimos de caldo o agua, añadimos 1 hoja de laurel, la cebolla claveteada y dejamos cocinar hasta que las lentejas estén en su punto. No olvidemos añadir la sal.

Servimos en plato hondo colocando el estofado de lentejas primero y encima el escabeche de conejo incluidas las verduras.

Esta preparación puede hacerse con otras carnes de caza menor como liebre o perdiz.