



Escabeche de coelho

12 pessoas

1kg de coxas de coelho

5 dl de vinho branco

1kg de cebola

2 cravinhos da Índia

50g de alhos

Pimenta preta

4 dl de azeite extra virgem

3dl de vinagre de vinho branco

4 folhas de loureiro

Fatias de pão regional tostado para acompanhar o escabeche

40 g de salsa

1º leve ao lume um terço do azeite com um terço da cebola em meias luas e um dente alho picados, deixe alourar, acrescente o coelho, refresque com o vinho branco e deixe-o cozinhar lentamente.

2º depois de cozinhado retire-o, deixe arrefecer e desfie o coelho

3º leve ao lume o restante azeite com o alho, a cebola em meias luas, o loureiro, cravinhos da Índia, tempere de sal e pimenta preta, acrescente o coelho desfiado, finalize com o vinagre, deixe ferver, retire do lume, deixe arrefecer e sirva com tostas de pão regional tostado

Salada de coelho com cous-cous e legumes

Couscous

400 g de couscous

15 g de tomilho fresco

3 colheres de sobremesa de azeite

15g de salsa fresca

1. Colocar num recipiente os couscous e verter sobre estes a água fervente até dois dedos de altura aromatizada com o tomilho.
2. Adicionar o azeite.
3. Cobrir com uma película aderente e reservar por cerca de 20 minutos.
4. Após esse tempo, retirar a película e abrir os couscous.
5. Polvilhar com salsa picada.

para os legumes

200g de cenouras em cubos muito pequenos

100g de pimentos de várias cores em cubos muito pequenos

100g de ervilhas cozidas

2 colheres de sopa de azeite

1º salteie em azeite todos os legumes, tempere em sal e pimenta e envolva nos couscous

para o coelho

1 kg de lombinhos de coelho

2 dl de vinho branco

1 colher de sopa de tomilho fresco

2 colheres de sopa de azeite

sal e pimenta

1º tempere de sal, pimenta e tomilho os lombinhos de coelho cortados em cubos muito pequenos

2º leve ao lume o azeite e salteie o coelho escorrido da marinada.

3º envolva nos cous-cous com os legumes

