

SÉPTIMO CUATRIMESTRE
Zootecnia de Conejos

Super Nota
sobre
“10 recetas de comidas
hechas de conejo”

M.V.Z.: JOSE LUIS SUMUANO AGUILAR
E.M.V.Z.: BRAYAN FABIAN BARRIOS GUZMÁN

30 DE NOVIEMBRE DE 2024

RECETAS

Ingredientes

Para 4 personas

- Conejo troceado en porciones **450 g**
- Dientes de ajo **5**
- Harina de trigo **10 g**
- Vino blanco **200 ml**
- Caldo de carne **200 ml**
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta negra molida
- Zumo de limón medio

CONEJO AL AJILLO



Cómo hacer Conejo al ajillo

Repasamos los trozos de conejo retirando algún resto de piel o grasa, los sazonamos y los pasamos por harina. Mientras hacemos esta operación, ponemos en una cazuela baja cinco cucharadas de aceite de oliva y doramos en ella los cinco dientes de ajo sin pelar.

Conforme vamos enharinando cada tajada, la incorporamos a la cazuela. No os preocupéis si no caben todas. Según se vayan dorando, menguarán un poco y al final todas podrán acomodarse. Freímos bien las tajadas hasta que tengan un color apetecible y estén bien hechas por dentro. Tardaréis unos veinte minutos en dorar todas, dándoles la vuelta continuamente hasta que queden como en las imágenes.

En ese momento, cortamos un limón por la mitad y lo exprimimos con la mano repartiendo los jugos por encima de cada tajada. Agregamos el vasito de vino y el de caldo y subimos el fuego para que comience a reducirse la salsa.

CONEJO EN SALMOREJO



Ingredientes

Para 4 personas

- Conejo **1**
- Dientes de ajo **8**
- Pimentón de la Vera **10 g**
- Guindilla de Cayena **1**
- Pulpa de pimiento choricero o una pimienta picona **15 g**
- Aceite de oliva virgen extra **500 ml**
- Vino blanco **750 ml**
- Vinagre de Jerez **250 ml**
- Orégano fresco **al gusto**
- Tomillo fresco **al gusto**
- Sal gruesa **50 g**
- Laurel en hojas seco **2**

Comenzaremos colocando en un mortero los dientes de ajo limpios de piel y la pimienta picona o la pasta de pimiento choricero si no tenemos este tipo de pimienta. Machacamos todo hasta conseguir una pasta, luego añadimos poco a poco el pimentón dulce, el vinagre, el vino blanco y por último un puñado de sal gorda. Cubrimos los trozos de conejo con el adobo, la hoja de laurel, la cayena y las especias, vigilando que todos los trozos de carne queden bien cubiertos para que se empape bien del sabor y pueda el vino y vinagre durante ese tiempo, ablandar la carne.

Tapamos en un recipiente hermético y dejamos macerando en la nevera unas 24 horas. Una vez que pase el tiempo de maceración retiramos el conejo de este, y ponemos al fuego una cazuela profunda con abundante aceite de oliva virgen suave para freír. Cuando el aceite esté bien caliente escurrimos el conejo y lo vamos friendo en tandas a fuego medio al principio y luego fuerte para que se hagan bien por dentro, aproximadamente unos 18 minutos. Una vez dorada la carne, vamos colocándolos en una cazuela grande. Reservamos.

RECETAS

CONEJO EN SALSA VERDE

Ingredientes

Para 4 personas

- Conejo troceado **1**
- Cebolla blanca **1**
- Diente de ajo **1**
- Vino blanco **100 ml**
- Cilantro fresco un manojito
- Almendras crudas **10**
- Aceite de oliva virgen extra **50 ml**
- Agua **100 ml**



Cómo hacer Conejo en salsa verde

Comenzamos friendo las tajadas de conejo en una sartén amplia. Debemos dar tiempo para que el conejo quede bien dorado, dando la vuelta a cada presa cada dos o tres minutos hasta que todas tengan el aspecto de estar bien cocinadas como cuando hacemos el [conejo al ajillo](#). Añadimos el vino y dejamos que se cocine hasta evaporar. Cortamos unas patatas en rodajas bien finas y las freímos en aceite abundante hasta que queden crujientes como las patatas chips industriales. Las escurrimos en papel absorbente y las reservamos para el emplatado. Mientras se hacen las patatas y el conejo, picamos una cebolla en trocitos pequeños y los pochamos en otra sartén.

En el vaso de la batidora trituramos el diente de ajo con las almendras, el aceite, el agua y el cilantro y cuando vemos la cebolla lista, incorporamos este líquido verde y dejamos que cueza un minuto el conjunto para ligar una salsa.

Añadimos esta salsa sobre el conejo y si fuera necesario, agregamos un poco más de agua. Dejamos que nuestro guiso tradicional se cocine durante unos diez minutos, removiendo de vez en cuando. Las almendras harán espesar la salsa y cuando el guiso esté a nuestro gusto, lo llevamos a la mesa, servido en cazuelitas individuales.

CONEJO EN SALSA DE MOSTAZA Y ZANAHORIAS

Ingredientes para 2 personas

- Conejo **0.5**
- Cebolleta **1**
- Zanahoria grande **1**
- Semillas de mostaza **1 cucharadita**
- Vino blanco **100 ml**
- Caldo de verduras o agua **220 ml**
- Mostaza de Dijon **15 ml**
- Nata líquida para cocinar **125 ml**
- Pimienta negra molida
- Tomillo seco o fresco
- Perejil fresco
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra



Salpimentar el conejo y cocinar en una cazuela o sartén con aceite de oliva, dorándolo bien por todos los lados, unos 10-12 minutos. Retirar y reservar en un plato. Pelar y cortar en cubos pequeños la cebolla y la zanahoria.

Pochar ligeramente la cebolla en la misma cazuela junto con las semillas de mostaza, añadir la zanahoria y salpimentar. Cocinar durante unos 10 minutos, hasta que la zanahoria deje de estar dura. Reincorporar el conejo, regar con el vino y dejar que evapore el alcohol.

Añadir el caldo o agua, tapar, bajar el fuego y dejar cocinar unos 25 minutos. Retirar el conejo, añadir la nata con la mostaza y mezclar bien. Salpimentar, agregar perejil y tomillo y servir la salsa sobre la carne.

RECETAS

CHULETITAS DE CONEJO HECHAS EN HORNO

Ingredientes

Para 4 personas

- Conejo (chuletitas) 1 kg
- Diente de ajo 2
- Perejil un manojito
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal



La receta es muy sencilla. Basta con preparar un mojo de aceite de oliva, ajo y perejil y usarlo para embadurnar con las chuletitas, previamente sazonadas. Así las podemos cocinar en el horno en cinco minutos y apenas tendrán grasa.

Extendemos las chuletitas en una bandeja de horno cubierta con un silpat o una hoja antiadherente, y después las barnizamos ligeramente con el preparado de ajo y perejil que hemos hecho con la batidora dando unos toques.

Con el horno en posición de grill, estarán listas tras cinco minutos. El único inconveniente es que son tan pequeñas que solo tienen un bocadito y nos hace falta aproximadamente 200 g por persona para que sea una ración suficiente, acompañada de la ensalada.

CONEJO A LA CAZADORA



Ingredientes para 2 personas

- Conejo troceado **0.5**
- Cebolla **1**
- Diente de ajo **2**
- Tomate **1**
- Zanahoria **2**
- Champiñones **200 g**
- Bacon en lardones
- Sal
- Pimienta negra molida
- Pimentón dulce
- Vino blanco **200 ml**
- Aceite de oliva virgen extra

Primero ponemos en un mortero los ajos, la pimienta y la sal y lo majamos. Añadimos a un bol junto con el conejo para adobarlo. Dejamos reposar tapado durante unas horas (mejor hasta el día siguiente).

En una sartén ponemos el aceite de oliva y freímos el conejo hasta que se dore y reservamos. Mientras, en una cacerola ponemos un par de cucharadas de aceite y vamos dorando los demás ingredientes a fuego medio. Añadimos en este orden: la cebolla picada, la zanahoria en trozos grandes, los lardones de bacon y los champiñones cortados a cuartos o laminados. Añadimos el pimentón dulce y el tomate rallado. Dejamos reducir unos minutos.

A continuación agregamos el conejo y cubrimos todo con el vino blanco. Si con el vaso de vino no cubrimos el conjunto, agregamos además un vaso de agua. Rectificamos el punto de sal, tapamos y dejamos a fuego medio unos 20 minutos, hasta que el conejo esté blandito.

Puedes degustar el conejo a la cazadora con unas patatas asadas o una ensalada y tendrás un plato más que completo. Ojo con poner mucho pan en la mesa porque con esta salsa te aseguro que dan unas ganas de mojar enormes y sí, el conejo es saludable y libre de grasas, pero no he leído en ningún sitio que diga lo mismo del pan.

RECETAS

CONEJO CONFITADO CON AJO Y ROMERO

Ingredientes

Para 4 personas

- Conejo troceado **1**
- Aceite de oliva virgen extra y un poco más para freír **250 ml**
- Vino blanco **300 ml**
- Romero fresco **5**
- Diente de ajo sin pelar **20**
- Harina de trigo
- Pimienta negra molida
- Sal



Comenzar salpimentando el conejo y pasándolo por harina, sacudiendo el exceso. En una sartén ir friendo los trozos de conejo en tandas y reservando en un plato. Una vez frita la carne disponerla en una cazuela de fondo grueso al fuego, añadiendo el romero y los dientes de ajo.

Verter el aceite de oliva y el vino blanco seco por encima de la carne y dejar confitar a fuego lento, pero manteniendo un punto flojo de ebullición y con la cazuela parcialmente tapada, durante dos horas o dos horas y media, dependiendo de la ternéz de la carne.

El conejo confitado con romero y ajo se puede acompañar con un puré de patata casero y su propia salsa, patatas asadas o incluso con unas verduras a la plancha. Vais a comprobar que casi sin trabajo habéis conseguido un plato sabrosísimo y con el que podéis quedar como reyes.

RECETA DE ARROZ CON CONEJO OTOÑAL



Ingredientes para 2 personas

- Conejo **0.5**
- Chalota **4**
- Zanahoria **2**
- Diente de ajo **2**
- Jamón serrano lonchas **2**
- Setas de temporada **125 g**
- Vino blanco **50 ml**
- Arroz bomba **200 g**
- Agua o caldo de carne
- Guisantes
- Pimienta negra molida
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra

Limpiamos, partimos y salpimentamos el conejo. Echamos aceite de oliva en la cazuela o recipiente donde vayamos a hacer el arroz, freímos el conejo hasta que esté bien dorado. Lo apartamos a un plato y reservamos mientras hacemos el fondo. Sacamos el exceso de aceite, si lo hubiese, a otro recipiente. Troceamos las chalotas y las zanahorias, las rehogamos hasta que la chalota coja un poco de color. Ponemos el ajo, también troceado, y añadimos el jamón en pedacitos pequeños, una vez que el ajo tenga un ligero tono dorado. Subimos el fuego, echamos las setas cortadas, y el chorrito de vino, dejando que se evapore el alcohol. Ponemos el arroz y el conejo y removemos todo bien para que el arroz vaya cogiendo sabor. Cubrimos con agua o caldo y añadimos un poco de sal.

En mi caso el arroz me gusta meloso, así que añado el agua que me pide, sin seguir una regla de cantidad, por lo que hasta que está en su punto lo riego las veces necesarias. Unos minutos antes de terminar la cocción comprobamos el punto de sal, agregamos los guisantes y terminamos de cocinar hasta que el grano esté en el punto que nos guste. Cubrimos el arroz con un paño de algodón limpio durante cinco minutos. Servimos inmediatamente.

RECETAS

CONEJO GUISADO EN CUBALIBRE DE COCACOLA

Ingredientes

Para 4 personas

- Conejo **1**
- Coca-Cola (refresco de cola) (lata) **1**
- Ron (licor) **4 cucharadas soperas**
- Cebolla frita crujiente al gusto
- Patata para guarnición



En una sartén amplia, ponemos a freír las piezas de conejo que habremos comprado en trozos menudos para que se puedan hacer rápidamente. Ponemos el fuego vivo y vamos dando la vuelta a cada presa conforme se vaya dorando.

Una vez doradas, añadimos el ron, removemos bien para que evapore el alcohol pero deje su aroma y seguidamente añadimos la lata de Coca-Cola. Si queremos, podemos flambear el ron para que el guiso tome un aroma mayor, pero no es necesario.

Una vez la salsa esté cocinando, bajamos el fuego y añadimos 4 cucharadas de cebolla frita crujiente, para que se rehidrate en la Coca-Cola y quede como si fuera cebolla caramelizada. En unos diez a quince minutos, la salsa habrá reducido bastante y estará ya en su punto.

Entre tanto preparamos la guarnición, friendo unas patatas cortadas en palitos finos que freiremos en aceite muy caliente para que queden bien crujientes. Probamos el conejo y rectificamos de sal, y lo pasamos a una fuente de barro para que quede más rústico.

CONEJO GUISADO AL BRANDY CON SHIITAKE

Ingredientes para 2 personas

- Conejo troceado, 1/2 unidad
- Zanahoria 1
- Cebolla 1
- Setas shiitake frescas 100 g
- Panceta loncheada 1
- Diente de ajo 3
- Brandy
- Guisantes 25 g
- Patata 1
- Harina de trigo
- Agua o caldo, c/s para cubrir
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra
- Pimienta negra molida



En una cazuela grande ponemos aceite suficiente para freír el conejo. Salpimentamos los trozos de conejo y los pasamos ligeramente por harina. Echamos en la cazuela junto a los tres dientes de ajo sin pelar y doramos. Vamos retirando el conejo a un plato hasta que tengamos todas las partes listas. Retiramos el exceso de aceite que podemos aprovechar para otra receta de carne. Troceamos las verduras. Agregamos primero la cebolla, luego la zanahoria y cuando la cebolla esté transparente echamos las setas shiitake y la panceta troceadas.

Rehogamos unos minutos hasta que la mezcla tome color y vertemos el brandy. Subimos un poco el fuego para que el alcohol se evapore, agregamos el conejo, cubrimos con agua o caldo y dejamos cocer a fuego bajo hasta que el conejo esté tierno.

Unos 10 minutos antes de terminar la cocción agregamos los guisantes y la patata troceada en triángulos, y frita previamente. Sacamos los dientes de ajo, retiramos la piel y si lo deseamos echamos la carne troceada a la cazuela, queda muy rico.

BIBLIOGRAFÍA

<https://www.directoalpaladar.com/recetas-de-carnes-y-aves/receta-de-conejo-a-la-cazadora>
ULA