

## CONIGLIO ALLA MAIELLESE

Menu elaborato dall' IPSSAR "F. De Cecco" di PESCARA  
[www.ipssarpe.it](http://www.ipssarpe.it)

### Ingredienti per 4 persone:

Coniglio	600 g
Peperoni	300 g
Olive nere	100 g
Aglio	2 spicchi
Rosmarino	2 rametti
Timo	2 rametti
Salvia	2 rametti
Farina	100 g
Pomodori pelati	200 g
Sale aromatizzato e pepe	q.b.
Olio extra vergine di oliva	120 g
Trebbiano d'Abruzzo	un bicchiere



### MODALITÀ DI PREPARAZIONE

Marinare la carne di coniglio in acqua e vino per una notte intera, scolare e tagliare in tranci, salare e pepare. Infarinare leggermente e saltare in una sauteuse di rame, quindi aggiungere le erbe aromatiche. Far rosolare, poi unire il peperone precedentemente pulito e tagliato; successivamente aggiungere il rosmarino e le olive nere e, infine, i pomodori. Far cuocere a fuoco moderato. Per la presentazione disporre delle rondelle di peperoni scottati alla piastra su di un piatto gourmet, adagiarvi i pezzi di coniglio e guarnire con le olive ed il fondo di cottura.

### Altre notizie:

Il piatto è diffuso con molte versioni su tutto il territorio abruzzese. Una delle varianti più famose è quella dei paesi ai piedi della Maiella teatina che, nel periodo della bella stagione, uniscono al coniglio i frutti freschi dell'orto.

### PROFILO NUTRIZIONALE

INGREDIENTI	g lordi	proteine	grassi	zuccheri	fibra	kcal
Coniglio	600	84,8	18,3	0,0	0,0	502,7
Peperoni	300	2,2	0,7	10,3	4,7	54,1
Olive nere	100	1,2	18,5	0,6	2,9	173,9
Aglio, Rosmarino, Timo, Salvia						
Farina	100	11,0	0,7	77,3	2,2	340,0
Pomodori pelati	200	2,4	1,0	6,0	1,8	42,0
Sale aromatizzato e pepe						
Olio extra vergine di oliva	120	0,0	120,0	0,0	0,0	1080,0
Vino bianco						
totale:		<b>101,6</b>	<b>159,2</b>	<b>94,2</b>	<b>11,6</b>	<b>2192,7</b>
per porzione:		<b>25,4</b>	<b>39,8</b>	<b>23,6</b>	<b>2,9</b>	<b>548,2</b>
in percentuale:		<b>18,3</b>	<b>64,7</b>	<b>17,0</b>		
valori ottimali:		<b>15%</b>	<b>25%</b>	<b>60%</b>		

## ABBINAMENTO CIBO-VINO

### MONTEPULCIANO D'ABRUZZO DOC GIOVANE

ANALISI SENSORIALE CIBO	
SUCCULENZA	7
UNTUOSITA'	7
PERSISTENZA GUSTO-OLFATTIVA	8
SPEZIATURA	7
AROMATICITA'	8
SAPIDITA'	7
TENDENZA AMAROGNOLA	5
TENDENZA ACIDA	5
DOLCEZZA	
GRASSEZZA	7
TENDENZA DOLCE	5
STRUTTURA	8



ANALISI SENSORIALE VINO	
INTENSITA' GUSTO-OLFATTIVA	7
P.A.I.	7
ACIDITA'	7
EFFERVESCENZA	
SAPIDITA'	6
TANNICITA'	7
ALCOLICITA'	7
MORBIDEZZA	7
DOLCEZZA	
CORPO	7

### Descrizione Tecnica

Il Montepulciano d'Abruzzo DOC si presenta, da giovane, di colore rosso rubino con riflessi violacei. Al naso prevalgono i sentori di marasca e di frutti di bosco seguiti da un floreale di viola mammola e di petali di rosa con una nota balsamica nel finale. All'assaggio il tannino è ben presente ma armonizzato dalle componenti morbide; di buona persistenza con un finale ammandorlato. Gradazione alcolica 13% vol.

