

Заливное из кролика со сладким перцем



На 100 грамм:
Калорийность: **91,67 ккал.**
Белки: **8,9 г.**
Жиры: **3,9 г.**
Углеводы: **1,8 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zalivnoe-iz-krolika-so-sladkim-percem/>

Ингредиенты:

- филе кролика 600 г
- перец болгарский 150 г
- морковь 100 г
- лук-шалот 60 г
- чеснок 1 зубчик
- тархун 3 г
- овощной бульон 325 г
- тмин 1 г
- желатин 15 г
- белое сухое вино 370 мл

Приготовление:

Очистите и нарежьте лук, чеснок и морковь крупными кусками, раздавите, очистите и нарежьте чеснок крупно; тушку кролика промойте, просушите бумажным полотенцем и нарежьте крупными кусками.

В кастрюле с толстым дном выложите кролика и обжарьте на сильном огне в течение 2-х минут до золотистого цвета без масла, добавьте морковь, лук, чеснок, тмин, посолите, поперчите и перемешайте.

Влейте в кастрюлю 370 мл белого сухого вина, выпарите алкоголь на сильном огне в течение 5 минут; влейте бульон так, чтобы он покрывал кролика; накройте крышкой и тушите на медленном огне 90 минут.

Запеките перец в разогретой до 250 градусов духовке в течение 15 минут; положите в пакет на 5 минут; снимите кожу, удалите семена и разрежьте на длинные полоски; порубите

тархун мелко (оставьте несколько листьев на украшение) поломайте пластины желатина руками, залейте водой и дайте настояться в течение 10 минут.

Выньте кролика из бульона, удалите все косточки, мясо мелко порубите; соус, в котором тушился кролик, протрите через сито, добавьте желатин, тархун, поперчите, посолите и перемешайте.

Выстелите дно формы пищевой пленкой, затем слоями выложите мясо кролика и сладкий перец, влейте протертый соус, затяните сверху пленкой и отправьте в холодильник на 5 часов.

Выньте из холодильника, нарежьте на порции, украсьте листьями тархуна и подавайте.