



MENÚ 3

sopar

Patata i verdura al vapor

Conill amb salsa de mostassa

logurt bífidus

Conill amb salsa de mostassa

ingredients



Ingredients per a 2 persones

4 talls de conill (200 g)

8 o 9 xampinyons (50 g)

1 ceba mitjana (150 g)

2 cullerades soperes de salsa mostassa en gra (20 g)

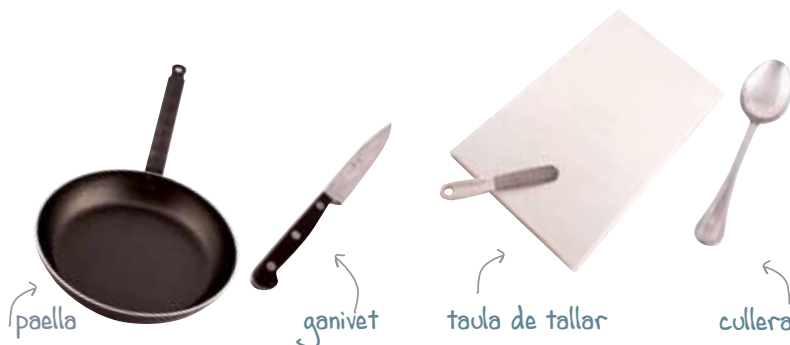
1 cullerada sopera d'oli d'oliva (10 g)

sal

Elaboració (20 minuts)

- 1 En una paella amb oli, poseu a coure el conill fins que quedi enrossit. Un cop cuit retireu-lo de la paella.
- 2 En la mateixa paella, poseu a coure la ceba tallada a juliana a foc lent. Un cop estigui cuita afegiu els xampinyons nets i tallats a làmines.
- 3 Quan tot plegat estigui fet hi afegiu el conill i la salsa de mostassa.
- 4 Remeneu durant un parell de minuts.

estris



!!! Idees

Presentació: Serviu el plat amb el conill i la salseta.

Consell pràctic: Aquest plat es pot elaborar amb qualsevol altre tipus de carn i d'aquesta manera anireu variant.



Diputació
Barcelona