

Receta de Liebre en Escabeche con Ana Maria

Hoy en la cocina con Ana Maria vamos a preparar una deliciosa liebre en escabeche. Podemos usar liebre o conejo, según lo que prefiramos comprar. Esta receta está pensada para cuatro personas, así que ajustaremos las cantidades si es necesario.

Ingredientes:

- 1 liebre (o conejo) troceada (aproximadamente para 4 personas)
- 100 g de cebolla (preferiblemente cebollas pequeñas o perla)
- 3 dientes de ajo
- 100 g de zanahorias tiernas
- 1 hoja de laurel
- 1 limón (zumo exprimido)
- 1 ramita de tomillo fresco (o 1 cucharadita si es seco)
- 1 ramita de perejil fresco (picado)
- 3-4 granos de pimienta negra
- 1 vasito de vino blanco (aproximadamente 100 ml)
- 1 vaso de vinagre de vino (aproximadamente 200 ml)
- 2 cucharadas de azúcar (para equilibrar la acidez del limón y el vinagre)
- Aceite de oliva (suficiente para freír)
- Sal al gusto

Preparación:

1. Preparar los ingredientes:

- a. Trocea la liebre (si no viene ya troceada) y sazona ligeramente con sal.
- b. Pela las cebollas (si son pequeñas, déjalas enteras; si no, córtalas en trozos medianos).
- c. Raspa las zanahorias y córtalas en rodajas o trozos pequeños.
- d. Pela los ajos y pícalos finamente junto con el perejil.
- e. Exprime el limón y reserva el zumo.

2. Sellar la liebre:

- a. En una cazuela plana (preferiblemente de barro, pero puede ser cualquier otra), calienta un buen chorro de aceite de oliva a fuego medio-alto.
- b. Rehoga los trozos de liebre hasta que estén dorados por todos lados. Esto le dará un mejor sabor al plato. Una vez dorados, retíralos del fuego y reservalos.

3. Cocción del escabeche:

- a. En la misma cazuela, baja un poco el fuego y rocía la liebre con el vino blanco, el vinagre y el zumo de limón. Añade las dos cucharadas de azúcar y mezcla bien.
 - b. Incorpora las cebollas, las zanahorias, el ajo picado, el perejil, la hoja de laurel, el tomillo y los granos de pimienta. Ajusta la sal al gusto.
 - c. Vuelve a colocar la cazuela al fuego (a temperatura media-baja) y cocina a fuego lento, con la tapa puesta, hasta que la liebre esté tierna (puede tomar entre 1 y 1.5 horas, dependiendo del tamaño de los trozos). Si es necesario, añade un poco de agua para que no se seque.
- 4. Presentación:**
- a. Una vez cocida, retira la liebre y colócala en una fuente o refractario de cristal.
 - b. Distribuye alrededor las cebollas, las zanahorias y la hoja de laurel como decoración.
 - c. Cuela el jugo de la cocción (si prefieres una salsa más limpia) y viértelo sobre la liebre hasta cubrirla. Deja enfriar a temperatura ambiente y, si es posible, refrigera por unas horas para que los sabores se asienten.
- 5. Acompañamiento:**
- a. Sirve la liebre en escabeche con papas fritas, arroz blanco o una ensalada fresca, según tu preferencia.

Cambios realizados:

- **Corrección:** He ajustado la gramática y el orden de las instrucciones para que sea más fácil de seguir. Por ejemplo, "aceite bien caliente vamos a rehogar" lo cambié a algo más natural y claro.
- **Modificación:** Añadí tiempos aproximados de cocción y la opción de colar el jugo para una presentación más refinada. También sugerí dejar reposar el escabeche, ya que este tipo de plato mejora con el tiempo.
- **Ingredientes:** Especifiqué cantidades (como el vinagre y el vino) y ajusté detalles como "cebollita" a cebollas pequeñas o perla, que son típicas en escabeches.