

Este lunes, conejo con setas y manzana

[Este lunes, conejo con setas y manzana](#)

[imprimir](#)



Es temporada de **setas**. Por eso, queremos animarte a cocinar con ellas. Preparándolas junto al **conejo**, una carne baja en grasas, nutritiva y económica, y la [manzana](#) conseguirás un plato ligero y saludable.

Sin gluten ni lactosa, es una buena receta para alimentar a toda la familia. Ten en cuenta que solo te aportará 333 calorías por ración, 21 g. de grasas y 14 g. de hidratos de carbono. Ahí van los ingredientes:

- 1 kilogramo de cuarto delantero de conejo

- 2 medidas de agua
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- ½ medida de vino blanco seco
- 250 gramos de setas variadas
- 250 gramos de manzanas Granny Smith
- 2 cebollas
- 1 diente de ajo
- Cebollino
- Pimienta
- Sal

Limpia las setas con delicadeza, con un trapo húmedo, para eliminar los restos de tierra. Si son silvestres, no las limpies bajo el grito porque podrías estropearlas. Pela y corta las cebollas por la mitad y chafa el ajo sin llegar a machacarlo. Salpimenta el conejo.

Añade el aceite a la cubeta de tu **Chef Plus Induction** e incorpora el conejo, las manzanas enteras, las setas y luego el resto de ingredientes menos el cebollino. Añade sal a tu gusto.

Cierra la tapa y programa el menú Carnes. Decora el plato con el cebollino recién picado.

Si quieres trabajar un poco más el plato, consulta cómo hacerlo en [modo gourmet](#). Se trata de una receta rápida y de lo más nutritiva. ¡Cuéntanos tu experiencia a través [de la web o de las redes sociales](#)!

Etiquetas

[conejo con setas y manzana](#)

[setas](#)

[Manzana](#)

[alimentos de temporada de otoño](#)

[otoño](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.