



Μακαρονάδα Μπολονέζ με σάλτσα κουνελιού

Υλικά για 4 άτομα

4 φακελάκια σάλτσα κουνελιού READY GOURMET

Χρόνος παρασκευής σάλτσας: 2-3 λεπτά

Εκτέλεση σερβιρίσματος

Ανοίγετε τα φακελάκια, χωρίς να αποψύξετε και σε αντικολλητικό τηγάνι ρίχνετε την σάλτσα κουνελιού. Ζεσταίνεται σε χαμηλή φωτιά για 2-3 λεπτά, ανακατεύοντας σταδιακά με κουτάλα μαγειρικής, ή ζεσταίνεται σε φούρνο μικροκυμάτων τρυπώντας την συσκευασία από τη μια πλευρά, για 90". Σερβίρετε σε ζυμαρικά της επιλογής σας,



«Υγιεινή» ομελέτα με φιλέτο κουνελιού καπνιστό με αυγά

Υλικά για 1 άτομο

100 gr φιλέτο ράχης κουνελιού καπνιστό, GREAT MEZES

1 κ. γλυκού ελαιόλαδο, αλάτι
2 ασπράδια από μεγάλα αυγά
100 γραμ. φύλλα από σπανάκι
λίγο τριμμένο τυρί.

Χρόνος ψησίματος 4-5 λεπτά.

Εκτέλεση συνταγής

Ζεσταίνεται το λάδι σε αντικολλητικό τηγάνι σε πολύ σιγανή φωτιά και προσθέτετε το καπνιστό κουνέλι για 2 λεπτά. Χτυπάτε τα ασπράδια με το αλάτι για αρκετή ώρα ώστε η ομελέτα να γίνει αφράτη όταν ψηθεί. Με γρήγορες κινήσεις ρίξετε τα ασπράδια ανακάτεψτε και συνεχίστε το ψήσιμο για άλλα 2 λεπτά περίπου. Ρίξτε το τριμμένο τυρί και το σπανάκι. Με τη σπάτουλα ξεκολλήστε τη μία πλευρά της ομελέτας και διπλώστε την σαν μισοφέγγαρο. Αποσύρετε από τη φωτιά και αφήστε την ομελέτα να "γλιστρήσει" στο πιάτο σας.

κρέας κουνελιού, σημαίνει η νέα υγιεινή επιλογή σας!



25 χρόνια κοντά σας



Αναγνωρίστε τα προϊόντα μας. Με 100% Ελληνικό κουνέλι από τη Φάρμα μας

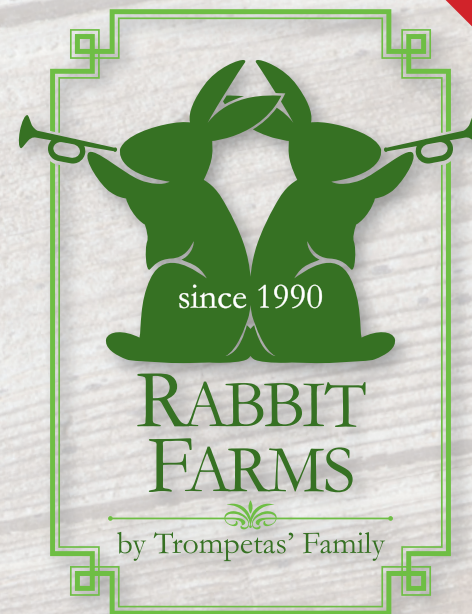
Το φρέσκο κουνέλι της Φάρμα μας φέρει αυτό το σήμα. (καρτελάκι ποιότητας).

Τα προϊόντα της RABBIT FARMS - ΦΑΡΜΑ ΤΡΟΜΠΕΤΑΣ, θα τα βρείτε σε επιλεγμένα σημεία σε κρεοπωλεία, delicatessen, market τροφοίμων, εστιατόρια, που αναφέρουμε και στην ιστοσελίδα μας.

Επίσης στην ομώνυμη σελίδα μας στο facebook, θα διαβάσετε νέα από τη Φάρμα μας, νόστιμες συνταγές, διαγωνισμούς και γευστικότητες, για τους φίλους της σελίδας μας.

RABBIT FARMS - ΦΑΡΜΑ ΤΡΟΜΠΕΤΑΣ
www.rabbitfarms.gr

ΝΕΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ



Καινοτομία και Γεύση



ISO 22000:2005



Brands & Names

Προϊόντα κουνελιού από το ψυγείο στο πιάτο σας.

Έτοιμα σε λίγα λεπτά!

Λίγα λόγια για τη φάρμα μας...

Η RABBIT FARMS - ΦΑΡΜΑ ΤΡΟΜΠΕΤΑΣ, είναι μια αμιγώς Ελληνική φάρμα που δημιουργήθηκε το 1990 στα Μέγαρα από την οικογένεια Τρομπέτα, αποκλειστικά για παραγωγή κρέατος και προϊόντων με βάση το κρέας κουνελιού. Το κρέας κουνελιού "υπερέχει" συγκρινόμενο με όλα τα άλλα κρέατα.

	Χοιρινό	Μοσχάρι	Κοτόπουλο	Κουνέλι
Πρωτεΐνες (gr)	16,0	17,5	19,5	22,4
Ω-3 (mg)	0,7	1,4	2,0	5,5
Κάλιο (gr)	300-370	330-360	260-330	428-431
Λίπος (gr)	26,0	24,0	12,0	8,2 *
Χοληστερόλη (mg)	62,7	48,7	55,3	47,0
Θερμίδες (kcal)	295,0	287,0	200,0	160,0

*Αφορά τη μέση περιεκτικότητα σε λίπος. Συγκεκριμένα τεμάχια κρέατος μπορεί να περιέχουν ποσότητα λίπους κατά πολύ χαμηλότερη, όπως ο επιμήκης ραχιαίος (1,8 gr/100 gr) και τα οπίσθια άκρα (3,4 gr/100 gr).

Πηγή: Dalle Zotte & Szendrő (2011), Dalle Zotte (2004), Hernandez & Dalle Zotte (2010).

Τα νέα προϊόντα μας 100% από κουνέλι, χαρακτηρίζονται για την ευκολία της παρασκευής τους, καθώς είναι έτοιμες λύσεις... στο ψυγείο σας κάθε στιγμή, διατηρώντας αναλλοίωτες όλες τις ιδιότητες και τα θρεπτικά συστατικά αυτού του τόσο υγιεινού λευκού κρέατος.

Τα νέα προϊόντα μας είναι ιδανικά για τη σημερινή νοικοκυρά, που δεν έχει πολύ χρόνο για μαγείρεμα, για παιδιά, αθλητές, φοιτητές, εργένιδες... και γενικά για όσους προσέχουν τη διατροφή και τη διαίτά τους.



READY GOURMET

Μπιφτέκι από κουνέλι - έτοιμη συνταγή, από την κατάψυξη στην σχάρα σας. Ταιριάζει με κάθε ιδέα που έχετε για να το συνοδεύσετε.



READY GOURMET

ΣΑΛΑΤΣΑ «Μπιλοντζέ» με κουνέλι- έτοιμη συνταγή, με ντομάτα και αρωματικά φυτά, από την κατάψυξη στο πιάτο σας σε 2 μόλις λεπτά, με 136 kcal/100gr.*

GREAT "MEZES"

Λουκάνικα από κουνέλι με βότανα -delicatessen προϊόν ψυγείου με λίπος μόνο από κουνέλι, καπνισμένο με ξύλο οξιάς, για όσους δεν έτρωγαν λουκάνικα μέχρι χτες!



GREAT "MEZES"

Φιλέτο κουνελιού - premium delicatessen προϊόν ψυγείου, καπνισμένο με ξύλο οξιάς, με ελάχιστες θερμίδες και υψηλή διατροφική αξία 161 kcal/673 kj ανά 100gr.*



Ολόκληρο κουνέλι

Ολόκληρο κουνέλι νωπό για εσάς που σας αρέσει να δημιουργείτε στην κουζίνα σας. Το χαρακτηριστικό σήμα στο καρτελάκι προέλευσης και ποιότητας βρίσκεται επάνω στα φρέσκα κουνέλια της φάρμας μας, για να ξέρετε τι τρώτε και από ποιόν!

Η σωστή εκτροφή των κουνελιών της φάρμας μας, εξασφαλίζεται από τον Ευρωπαϊκό κωδικό εκτροφής TUV EL02RAB01 INTERCERT ISO 22000:2005, που βρίσκεται πάνω στο καρτελάκι ποιότητας.



Γλυκόξινο κουνέλι

Υλικά για 4 άτομα

600gr. κουνέλι - "Φάρμα Τρομπέτας" φιλεταρισμένο & κομμένο λωρίδες (ζουλιέν)

1 πιπερία κόκκινη & 1 κίτρινη ψιλοκομμένες

150 ml. λευκό κρασί

Αλάτι, πιπέρι
100gr. Μέλι

20gr. κάρυ

60gr. Σισαμέλαιο

Σόγια σος & τζίντζερ για το μαρινάρισμα

Εκτέλεση συνταγής

Μαρινάρουμε τις λωρίδες του κουνελιού για 3-4 ώρες με σόγια σος και λίγο τζίντζερ.

Σωτάrouμε το φιλεταρισμένο κουνέλι σε καυτό σισαμέλαιο και το θωρακίζουμε καλά για 3-4 λεπτά. Προσθέτουμε τις ψιλοκομμένες πιπεριές, ανακατεύουμε για άλλα 2 λεπτά και σβήνουμε με το κρασί.

Κατόπιν ρίχνουμε το μέλι και το κάρυ και αφήνουμε να βράσει για 10 λεπτά περίπου. Κατά το βράσιμο προσθέτουμε αν χρειαστεί μέχρι 200 gr. νερό.

Συνοδεύεται με ρύζι ατμού ή noodles.