

Agnello saporito

L'**agnello saporito** è una ricetta di agnello al forno con patate che viene ulteriormente insaporito dal brodo di carne. E' importante quindi che sia di buona qualità e fatto in casa.

L'**agnello saporito** presentato in questa ricetta si prepara con la carne in pezzi, affettata nello spessore di almeno un paio di centimetri circa. Non appezzarla troppo sottile altrimenti secca in cottura e perde succosità.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **2 ore**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 500 g di agnello in pezzi (cosciotto o spalla)
- 500 g di patate
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 4 spicchi di aglio
- 2 rametti di rosmarino
- 200 ml di Brodo di carne
- Salamoia bolognese

PREPARAZIONE

- Preriscaldare il forno a 180°C.
- Pulire la carne di agnello con carta da cucina, soprattutto in corrispondenza dei tagli d'osso per togliere eventuali schegge.
- Lavare e pelare le patate e tagliarle a spicchi. Se sono piccole tagliarle solo a metà.
- Ungere una teglia da forno con l'olio e disporvi la carne, le patate, l'aglio spellato e le foglie del rosmarino ben lavate.
- Mescolare bene, bagnare con un mestolo di brodo, cospargere di salamoia bolognese e con un filo d'olio.
- Infornare per 45 minuti circa, il tempo esatto di cottura dipende dalla pezzatura della carne. Se possibile non aprire il forno durante la cottura perchè il vapore che si sviluppa all'interno mantiene morbida e succosa la carne.
- Trascorso il tempo indicato, se è rimasto molto fondo di cottura, toglierlo con un cucchiaio e rosolare la carne e le patate sotto il grill del forno.

STAGIONE

Marzo, aprile

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Questa ricetta è ottima soltanto se preparata con un buon brodo di carne. Io quando lo preparo ne congelo sempre una piccola vaschetta (200 ml al massimo) da utilizzare per questa ricetta.

La bassa cottura è indispensabile per mantenere la tenerezza delle carni. Ottima secondo me in questa ricetta la spalla, soprattutto se l'agnello è molto piccolo e tenero.

