

Costolette di agnello impanate al rosmarino

Le **costolette di agnello impanate al rosmarino** sono delle cotolettine di agnello molto gustose e saporite. Preparate soprattutto nel periodo pasquale, sono ottime in tutto il periodo che va da marzo a giugno.

Le **costolette di agnello impanate al rosmarino** sono ottime accompagnate da un contorno di carciofi, oppure da un'insalata fresca.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **415Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**

INGREDIENTI

- 8 costolette di agnello
- 1 uovo di gallina
- 1 cucchiaio di latte
- Pepe nero macinato al momento
- 1 rametto di rosmarino
- 60 g di pane grattugiato
- 20 g di Parmigiano Reggiano
- Olio di semi di arachide o di oliva per friggere
- Sale

PREPARAZIONE

- Rimuovere dalle costolette il grasso visibile ed eventuali piccole schegge di osso. Rifilare bene le ossa.
- In un piatto sbattere l'uovo con il latte e una macinata di pepe fintanto che non ha perso vischiosità.
- Lavare il rosmarino, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- Mettere in un piatto il pangrattato e mescolarlo al rosmarino tritato e al Parmigiano grattugiato.
- Passare le costolette nell'uovo sbattuto, quindi nel pangrattato, premendo bene, per rivestirle uniformemente.
- In un padellino scaldare abbondante olio per friggere, meglio se di oliva. Quando è ben caldo friggere le costolette. Non riempire troppo il padellino per non far diminuire eccessivamente la temperatura. Nel caso, effettuare più cotture consecutive.
- Quando la superficie della panatura risulterà dorata, scolare le costolette e porle su un piatto con carta da cucina asciugandole accuratamente e regolare di sale. Attenzione alla cottura, deve essere piuttosto veloce perchè altrimenti la carne risulterà dura e secca. In genere è sufficiente un minuto per lato.
- Servire ben calde.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Insalata mista, insalata verde.

STAGIONE

Marzo, aprile

AUTORE

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

