

Lombatine in padella

Le **lombatine in padella** è una ricetta semplice e saporita per la preparazione delle lombatine di agnello, gustosissime bracioline dal sapore molto caratteristico e particolarmente tenere.

Le **lombatine in padella** si preparano soprattutto nel periodo pasquale, ma sono ottime da marzo a giugno quando la carne di agnello è particolarmente buona e saporita.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- 300Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 6 lombatine di agnello
- 1 rametto di rosmarino
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- 50 ml di vino bianco secco
- Sale
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Tamponare la carne con carta da cucina e rimuovere accuratamente ogni scheggia d'osso.
- Lavare il rosmarino, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- In una capace padella mettere l'olio e l'aglio sbucciato. Accendere il fuoco e farlo dorare a fiamma vivace.
- Unire una manciata di rosmarino tritato, lasciarlo brevemente sfrigolare, quindi mettere le lombatine.
- Farle uniformemente colorire da entrambi i lati, quindi bagnare con il vino bianco. Far sfumare su fiamma media per 5 minuti circa, secondo il tempo di cottura desiderato facendo asciugare il fondo.
- Servire immediatamente con un pizzico di sale, una macinata di pepe, un filo d'olio a crudo e il rosmarino rimasto.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Cavolfiore burro e Parmigiano, contorni a base di patate o carciofi.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno

AUTORE

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

