

Spiedini agnello, scalogni e peperoni

Gli **spiedini agnello, scalogni e peperoni** sono gustosissimi spiedini di carne di agnello che dopo la marinatura viene infilzata sugli stecchi assieme a peperoni e scalogni.

Gli **spiedini agnello, scalogni e peperoni** sono un secondo piatto a base di carne di agnello originale e saporito, per chi ama la carne senza l'osso o come alternativa al più classico agnello al forno.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **360Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

Per la marinata

- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaino di vino bianco secco
- Pepe nero macinato al momento
- 1 rametto di rosmarino
- 1 spicchio di aglio

Per completare la preparazione

- 300 g di polpa di agnello
- 200 g di scalogni di piccola dimensione
- Mezzo peperone giallo
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- Olio extravergine di oliva

PREPARAZIONE

- Preparare l'emulsione che servirà a marinare la carne miscelando bene, in una ciotola, l'olio e il vino con una macinata di pepe, le foglie di rosmarino e l'aglio spellato e affettato.
- Tagliare la carne in pezzi da circa 3 cm di lato e metterli nella ciotola con la marinata. Mescolare accuratamente.
- Nel frattempo sbucciare gli scalogni e sbollentarli in acqua bollente salata per 8 minuti. Scolarli e tenerli da parte.
- Lavare il peperone, tagliarlo a listarelle, quindi a quadratini eliminando il torsolo e le parti bianche.
- Comporre gli spiedini alternando a piacere il peperone, la carne e gli scalogni.
- Procedere quindi alla cottura.

Cottura alla piastra

- Scaldare su fiamma viva la piastra in ghisa e, quando è molto calda, versarvi un filo d'olio.
- Asciugare con carta da cucina e mettere gli spiedini al fuoco.
- Scottare gli spiedini su tutti i lati, quindi abbassare la fiamma.
- Cuocere a fuoco moderato fino al grado di cottura preferito. Non eccedere altrimenti la carne diventa secca.

Cottura alla brace

- La brace ideale per cuocere la carne sarà pronta quando la fiamma rossa del fuoco si attenua ed una velatura bianca appare sui tizzoni ardenti. E' questo il momento di mettere la griglia sul fuoco a riscaldare, per poi pulirla con uno spazzolino di ferro, un raschietto o più semplicemente con qualche pezzo di carta da cucina, facendo molta attenzione a non bruciarsi.
- Una volta messa sulla brace, spennellare la carne con la marinata rimasta.
- La cottura deve avvenire a fuoco dolce. Il tempo è di una decina di minuti al massimo, altrimenti la carne diventa secca.
- Girare gli spiedini di tanto in tanto.

Per concludere la portata

- A fine cottura salare, pepare e aggiungere un filo d'olio a crudo.
- Servire.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE



Peperoni in padella, riso al vapore

STAGIONE

Marzo, aprile

AUTORE

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

I consigli di Barbara

Se vi sono avanzati dei cubetti di peperone è possibile riutilizzarli con questa ricetta: [peperoni in padella](#). Sarà un ottimo contorno per gli spiedini!