



laboratorioCingoliappunti

25marzo2010

AGNELLO: arrosto, in umido, al rosa

Come prima preparazione abbiamo iniziato con il cosciotto d'agnello in umido. Abbiamo rosolato in padella a fiamma media il cosciotto prima su di un lato e poi sull'altro. A fianco abbiamo preparato una pentola a pressione con un goccio di marsala che già bolliva. Finita la rosolatura abbiamo salato e trasferito il cosciotto nella pentola. Eliminato il grasso di rosolatura del cosciotto abbiamo aggiunto un goccio d'olio nuovo sui fondi rimasti in padella e vi abbiamo rosolato 2 cipolle a rondelle. Una volta rosolate abbiamo aggiunto 1 peperoncino secco sbriciolato e mezzo bicchiere di marsala. Sfumato il vino abbiamo unito 1 lattina di pomodori pelati e li abbiamo spezzati. Salata anche la salsa, l'abbiamo unita al cosciotto, con 1 mestolo d'acqua (150 ml) e chiusa la pentola l'abbiamo portata in pressione a fiamma alta. Quando la pentola fischiava abbiamo messo il fuoco al minimo e abbiamo lasciato andare per oltre 1 ora e mezza. A fine cottura, tolta la pressione, abbiamo lasciato riposare il cosciotto coperto con della carta stagnola e contemporaneamente fatto restringere la salsa. Affettato l'agnello e adagiate le fette in una pirofila lo abbiamo bagnato con la salsa.

Mentre il cosciotto cuoceva abbiamo preso la parte attaccata al cosciotto, l'anca, che era già a fette. Abbiamo ridotto a piccoli pezzi questa carne, lasciando attaccato anche parte dell'osso. In padella di alluminio abbiamo riscaldato 2 cucchiaini d'olio e poi i pezzetti d'agnello, li abbiamo lasciati andare a fuoco basso, prestando attenzione a che non smettessero mai di rosolare, per oltre 30 minuti, mescolando di tanto in tanto. A fine cottura erano totalmente rosolati, croccanti e morbidi. Scolata la carne dal grasso rifatto, l'abbiamo salata e servita con a parte della salsa al peperoncino (harissa).

Di seguito abbiamo schiacciato la carne delle costole con l'osso. Passate le costole nell'uovo sbattuto le abbiamo messe nel pan grattato, premendo molto col palmo così da far aderire bene il pane alla carne. Riscaldato l'olio extra vergine di oliva abbiamo fritto le costole impanate. La temperatura dell'olio non era altissima così da dare modo alla carne di cuocere anche internamente senza che la panatura bruciasse.

Per il carré d'agnello al rosa con salsa di lampone guardate la ricetta sul nostro sito sostituendo al mirtillo il lampone.

laboratorioCingoli

via Tucidide 56
20134 Milano
tel +39 02 70003837
mail contatti@laboratoriocingoli.it
www.laboratoriocingoli.it

in collaborazione con:


minotticucine

si ringrazia:

moneta
made in Italy