

SECONDI PIATTI

Costolette d'agnello panate al forno

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [13 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Ma quanto sono buone queste **costolette d'agnello** panate al forno! La **ricetta** che ti proponiamo oggi, prevede una **panatura deliziosa** con l'aggiunta di pecorino, menta, prezzemolo, aglio e scorza di limone grattugiata!

Ti sarà capitato di gustare le più famose [costolette di agnello fritte](#), oggi abbiamo deciso di cuocerle in forno, così anche chi non può o non vuole mangiare fritto può comunque godere della tradizione pasquale. Gli ingredienti sono gli stessi ma invece di friggere farai una cottura in forno per poco più di una decina di minuti ed il gioco è fatto...veramente vale la pena di provare.

Durante la [Pasqua](#) scegli di cucinare le nostre ricette, tutte molto semplici e ben spiegate con il passo passo fotografico.

Ecco altre ricette con agnello molto semplici che dovresti provare:

[Pasticcio di agnello](#)

[Ravioli ricotta e carciofi con ragù di agnello](#)

[Agnello con cipolle e rosmarino](#)

INGREDIENTI

COSTOLETTE D'AGNELLO 800 gr

PANGRATTATO molto grossolano - 250 gr

PECORINO ROMANO 100 gr

MENTA 6 foglie

PREZZEMOLO 1 ciuffo

SPICCHIO DI AGLIO 1

LIMONE solo scorza grattugiata - 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

RUCOLA per accompagnare -

PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare la ricetta delle costolette d'agnello panate al forno, per prima cosa prendi le costolette e batti leggermente la parte di polpa allargandola un pochino.

Pennella ciascuna costina con poco olio su entrambi i lati.



2 Prepara la panatura: riunisci in una ciotola il pangrattato grossolano, il pecorino, le foglie di menta tritate, il prezzemolo tritato, lo spicchio d'aglio tritato finemente e la scorza di limone grattugiata.

Mescola molto bene la panatura affinché tutti gli ingredienti siano ben distribuiti.





3 Prepara una teglia foderandola con un foglio di carta forno, quindi ungi leggermente la carta forno.

Passa le costolette nella panatura facendola aderire bene in ogni punto e inizia ad allinearle nella teglia sopra la carta forno oleata.



4 Quando avrai disposto tutte le costolette in teglia, ungle in superficie con un goccio d'olio, a questo punto inforna a 200 gradi, forno preriscaldato e statico per circa 13/15 minuti, controlla la cottura a vista e decidi tu se ti piace più cotta o meno.

Distribuisci un po' di rucola sul piatto da portata e adagiaci sopra le costolette dorate e fragranti. Servi subito!





CONSIGLIO

Se non ami particolarmente la carne di agnello, la stessa ricetta la puoi realizzare con carne di maiale o di pollo.

CONSERVAZIONE

Se ti avanzano le costole cotte puoi conservarle in frigorifero per massimo 24 ore, ben chiuse in un contenitore ermetico per evitare che assorbano odori.