

SECONDI PIATTI

# Agnello al forno con patate e cuori di carciofi

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [80 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



L'agnello al forno con patate e cuori di carciofi è un ottimo secondo piatto che in realtà può essere consumato da tutta la famiglia come piatto unico poiché alle proteine della carne, vengono abbinate le verdure e i carboidrati delle patate. Quindi per tutti questi motivi si può considerare un piatto furbo perché in un sol colpo si organizza una cena completa! Il piatto è decisamente rustico e corposo perfetto da abbinare ad un vino rosso ben strutturato. Se amate questo genere di portata vi consigliamo anche di provare il [pasticcio d'agnello](#): eccezionale!

## INGREDIENTI

AGNELLO 1 kg

PATATE 4

CUORI DI CARCIOFI 250 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE

ROSMARINO 1 rametto

SALVIA 2 foglie

BURRO 30 gr

VINO ROSSO 8 cucchiari da tavola

SALE

## PREPARAZIONE

**1** Quando volete realizzare l'agnello al forno con patate e cuori di carciofi, per prima cosa pulite le patate, sbucciatele e tagliatele a spicchi grossi.

Trasferitele in una padella con 3-4 cucchiari di olio, sale e peperoncino.

Fate rosolare per bene quindi unite il rosmarino, la salvia ed il burro per mantenere morbide le patate.

Fate cuocere per qualche minuto e mescolare spesso.



**2** Trasferite le patate in una placca foderata di carta forno.

Salare l'agnello e cuocerlo, per qualche minuto, nella stessa padella dove avete preparato le patate, utilizzando il sughetto che si è formato.



**3** Appena la carne sarà ben dorata aggiungete il vino rosso.



4 Fate sfumare quindi trasferite anche la carne nella placca con le patate.



5 Scottare per pochi minuti i cuori di carciofi con poco olio, regolando di sale.



**6** Trasferite i cuori nella placca insieme alle patate e alla carne.

Infornate alla massima temperatura per 40-45 minuti.





## CONSIGLIO

**Potrei utilizzare del normale manzo?**

Sì fallo a cupetti e chiedi un taglio di carne adatto allo spezzatino.

**Posso utilizzare i carciofi surgelati?**

Sì andranno benissimo.

**Potrei surgelare una porzione avanzata?**

Sì certo, puoi mettere in freezer in un contenitore adatto, fino a due mesi.