

SECONDI PIATTI

Agnello arrosto con aglio e carciofi

LUOGO: *Asia / Israele*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *30 min* COTTURA: *90 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: + 2 ORE DI MARINATURA



INGREDIENTI

COSCIA DI AGNELLO 1 kg
AGLIO 1
CARCIOFI 2
ROSMARINO 20 gr
VINO ROSSO 250 ml
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
300 ml
LIMONE 1
BRODO DI CARNE 1,2 l
SCALOGNO 3
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Prendete il cosciotto di agnello, disossatelo e tagliatelo a pezzettoni. Tritate metà dell'aglio a disposizione e pulite 15 g del rosmarino.

Praticate più incisioni in ogni pezzo di agnello ed inserite in ciascuna incisione l'aglio ed il rosmarino preparati; salate e pepate abbondantemente la carne.



- 2 Raccogliete i pezzettoni di agnello in una ciotola possibilmente non di metallo ed irroratela con metà del vino rosso a disposizione e con l'olio d'oliva.





3 Lasciate marinare la carne in frigorifero per circa 2 ore.

Trasferite quindi la carne con la sua marinata in una teglia da forno e distribuite tutto intorno gli spicchi d'aglio rimasti.



4 Cuocete l'agnello nel forno già caldo a 230°C per circa 20 minuti, quindi abbassate la temperatura a 160°C e proseguite la cottura per 1 ora, o fino a quando la carne sarà cotta ma ancora tenera.

Nel frattempo mondate i carciofi, privateli delle foglie esterne più dure e del gambo, tagliateli in quarti ed eliminate la barbetta interna.

Conservate i carciofi man mano che li preparate in una ciotola piena d'acqua acidulata

con il succo di limone per evitare che si anneriscano per effetto dell'ossidazione.

Aggiungete quindi i carciofi nella teglia con l'agnello circa 20 minuti prima del termine della cottura.



- 5 Quando l'agnello sarà cotto, trasferite la carne e i carciofi su un piatto da portata e teneteli in caldo.

Trasferite il fondo di cottura dell'agnello con tutti gli spicchi d'aglio arrostiti in una casseruola sul fuoco. Eliminate il grasso in eccesso e aggiungetevi gli scalogni, mondati e affettati e il vino rosso rimasto.





- 6 Cuocete il tutto a fuoco vivo fino a quando il liquido si sarà ridotto; aggiungete quindi il brodo di manzo e cuocete, mescolando di continuo fino a quando la salsa sarà ben addensata.



- 7 Se preferite ottenere una salsa più liscia, frullatela con l'ausilio di un frullatore ad immersione.



- 8 Irrorate l'agnello e i carciofi con la salsa all'aglio e al vino e guarnite il tutto con il rosmarino rimanente. Servite immediatamente accompagnando, a piacere, con insalata verde e crostini all'aglio.