

SECONDI PIATTI

Bollito dei pastori o dei monaci

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [75 min](#) COSTO:

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



INGREDIENTI

AGNELLO meglio se adulto - 1 kg

PATATE 2

POMODORI 2

ALLORO 2 foglie

CIPOLLE 1

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SALE

Il nome di questo piatto è particolarmente evocativo. Sicuramente questo è un piatto appartenente alla tradizione pastorale / contadina della Basilicata. Si tratta di agnello bollito insieme a cipolle, patate e pomodori.

PREPARAZIONE

1 Tagliate l'agnello a pezzettoni, quindi fatelo bollire in una pentola d'acqua.



2 Schiumate l'acqua di cottura ogni qual volta fosse necessario.



3 Una volta sgrassata completamente la carne, aggiungere la cipolla affettata, i pomodori a pezzi, le foglie di alloro, il peperoncino (in alcune zone della Basilicata si aggiungono anche verdure campestri).



- 4 Fate cuocere per circa un'ora, quindi aggiungete le patate sbucciate, lavate e tagliate a pezzi grossolani e protraete la cottura fino a quando anche le patate non risulteranno morbide.



NOTE

A volte a cottura ultimata, il sughetto rimasto viene usato per condire la pasta detta "a occhio di lupo".