

SECONDI PIATTI

Costolette di agnello fritte

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

NOTE: + 2 H PER MARINARE.



Le **costolette di agnello fritte** sono una **ricetta tipica abruzzese**, pratica, veloce e golosa, adatta per portare in tavola l'**agnello** a [Pasqua](#), anche senza preparazioni elaborate o costose.

Se cerchi **ricette non troppo impegnative** ma comunque adatte alla **festività** o alla [scampagnata fuori porta](#), queste costolette sono ciò che ti serve!

Puoi anche provare la versione più light delle [costolette di agnello panate al forno](#), non ti deluderanno!

Segui le nostre **ricette con il passo passo fotografico**

per ottenere dei risultati sorprendenti.

INGREDIENTI

COSTOLETTE D'AGNELLO 700 gr

PANGRATTATO 150 gr

PREZZEMOLO ciuffo - 1

AGLIO IN POLVERE 1 cucchiaino da tè

UOVA 1

LATTE INTERO 100 ml

PER LA MARINATURA

VINO BIANCO 1 l

ROSMARINO 1 rametto

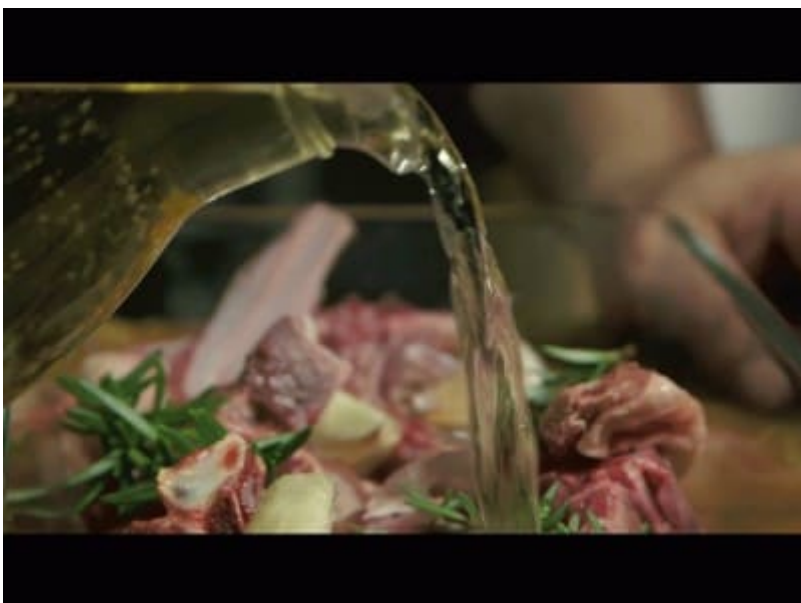
SPICCHIO DI AGLIO 3

PREPARAZIONE

1 Disponi le costolette su un foglio di carta forno, copri le con un altro foglio di carta forno e battile leggermente con un batticarne.

Disponi la carne in una pirofila e aggiungi il rosmarino spezzettato, l'aglio intero e il vino bianco.

Lasciate marinare coperto per circa 2 ore.





2 In una pirofila metti il pangrattato, il prezzemolo tritato finemente e l'aglio in polvere. Mescola per amalgamare il tutto.

In un'altra pirofila sguscia le uova e sbattile leggermente, unisci anche il latte e continua a sbattere fino ad ottenere una crema non molto densa.





3 Preleva le costolette dalla marinata e passale prima nell'uovo col latte e poi nel pangrattato aromatizzato.





4 Scalda bene abbondante olio per frittura; quindi tuffa la carne e friggile fino a doratura, una volta cotte fai scolare le costole su carta assorbente o su una gratella da cucina.

Servi le costole fritte ben calde accompagnandole a piacere con fette di limone.





CONSIGLIO

Se non ami la carne di agnello, questa ricetta è adatta anche per altri tipi di carne come ad esempio il pollo o il filetto di maiale a fette.

CONSERVAZIONE

Se ti avanzano alcune costole di agnello fritte, puoi conservarle per non più di 24 ore in frigo, prima di servirle scaldale in forno tradizionale per 10 minuti o in forno a microonde per 2 minuti.