

SECONDI PIATTI

## Costolette di agnello alla lucana

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    COSTO: [medio](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Costolette di agnello: il piatto simbolo della tradizione gastronomica lucana. L'agnello in questo caso è trattato veramente molto poco, è semplicemente condito con olio extravergine d'oliva, un trito aromatico di aglio e prezzemolo, sale e pepe, quindi piastrate sulla griglia in ghisa.

### INGREDIENTI

COSTOLETTE D'AGNELLO 1 kg  
PREZZEMOLO 1 ciuffo  
AGLIO  
ACETO DI VINO BIANCO  
PEPE NERO  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
SALE

### PREPARAZIONE

**1** Realizzate un trito d'aglio e prezzemolo.



**2** Allineate le costolette su di un foglio di carta forno.

Ungetele con poco olio, distribuitevi sopra il trito aromatico; salate e pepate.





3 Copritele con un altro fogli di carta forno e battetele leggermente.



4

Giratele dall'altra parte e conditele allo stesso modo.





5 Scaldate molto bene una griglia in ghisa e trasferitevi le costole per arrostarle a dovere.



6 Una volta cotte trasferitele in una pirofila e bagnatele con poco aceto.



7 Servite le costolette ancora calde.