

SECONDI PIATTI

# Kharcho

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Uzbekistan*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *15 min*    COTTURA: *90 min*    COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *difficile*



## INGREDIENTI

AGNELLO 500 gr  
GHERIGLI DI NOCI macinati - 100 gr  
PRUGNE cotte con succo di limone o 400 g  
di pomodori maturi sbucciati - 200 gr  
CIPOLLE tritate - 3  
SPICCHIO DI AGLIO schiacciati - 4  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2  
cucchiari da tavola  
FARINA 1 cucchiaino da tavola  
ALLORO 2 foglie  
SUNELI ( mix di spezie ) - 2 cucchiari da tè  
BASILICO o prezzemolo -  
SALE  
PEPE NERO

# PREPARAZIONE

- 1 Tagliate a pezzi l'agnello e cuocetelo in acqua bollente fino a quando la carne non sarà tenera. Scolatelo bene.



- 2 Disossatelo e conservate la carne a parte.

Friggete le cipolle e l'aglio, aggiungete la farina mescolando con cura, lasciate cuocere qualche istante, poi diluite con del brodo.



- 3 Aggiungete la carne, le spezie e fate cuocere a fuoco vivace per 15 minuti.



4 Aggiungete la frutta (o i pomodori) e proseguite la cottura ancora 10 minuti.



5 Aggiungete le erbe fresche, salate e pepate. Coprite e lasciate riposare 5 minuti prima di servire.

Servite con del pane arabo e verdure fresche.