

SECONDI PIATTI

Agnello e carciofi in fricassea

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



L'**agnello e carciofi** in fricassea è una ricetta dal gusto familiare. Una di quella che si tramanda di madre in figlia. Una ricetta davvero ottima perché il gusto selvatico dell'agnello si sposa molto bene con quello dei carciofo e con il retrogusto acidulo del limone. L'agnello ai carciofi in fricassea si preparava soprattutto nei giorni primaverili e di Pasqua quando i carciofi sono buonissimi e costano relativamente poco. Se amate questo tipo di carne vi inviamo a provare anche lo [spezzatino di agnello](#).

INGREDIENTI

AGNELLO 800 gr
CARCIOFI 8
UOVA 2
LIMONE 1
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SPICCHIO DI AGLIO 1
PREZZEMOLO 1 ciuffo
VINO BIANCO 1 bicchiere
SALE

PREPARAZIONE

1 Per realizzare la ricetta dell'agnello con i carciofi in fricassea per prima cosa rosolare in una padella l'agnello tagliato a pezzi con olio e lo spicchio di aglio.

Nel frattempo pulire i carciofi, tagliarli a spicchi e metterli in acqua acidulata con un po' di succo di limone per non farli diventare neri. Quando l'agnello avrà preso colore aggiungere i carciofi.



2 Far rosolare insieme il tutto, sfumare con del vino bianco, infine salare e aggiungere un trito di prezzemolo.



3 Lasciare stufare coperto fino a cottura ultimata.

Nel frattempo sbattere l'uovo ed emulsionare con succo di limone.



4 A fine cottura versare l'emulsione di uovo e limone, mescolando rapidamente ed ottenere la fricassea.



5 Servire caldo.



CONSIGLIO

Potrei fare questa ricetta anche col pollo?

Sì direi di sì, anzi facci sapere!

Una volta cotto, quanto tempo posso conservarlo in frigorifero?

Puoi conservare l'agnello e carciofi in fricassea per 24 ore in frigorifero.

Come faccio a scegliere la parte migliore dell'agnello?

L'ideale per questa preparazione è la coscia o la spalla.