

SECONDI PIATTI

Agnello e carciofi

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

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



L'**agnello e carciofi** è una ricetta squisita da provare assolutamente. Si tratta di un piatto che ha origini antiche che ricordano tradizioni ebraiche. Ed è per questo che è un secondo di carne perdetto da consumare magari durante i giorni delle feste di Pasqua. Ma nulla vieta di prepararlo quando si ha voglia di un secondo piatto gustoso. La carne d'agnello se ben cotta diventa molto tenera e i carciofi che sono già di per sé degli ortaggi buonissimi completano in maniera gustosa il piatto. Se poi li amate come noi, provateli anche con la [pasta e le mandorle!](#)

INGREDIENTI

COSCIA DI AGNELLO 1 kg
CARCIOFI 6
SPICCHIO DI AGLIO 2
PREZZEMOLO 1 ciuffo
LIMONE 1
VINO BIANCO 1 bicchiere
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Per preparare l'agnello con i carciofi si parte dal mettere dell'olio in una casseruola.

Aggiungete l'aglio e fate prendere calore. Aggiungete l'agnello, fate rosolare bene e poi sfumate con il vino bianco.





- 2** Un'volta che il vino è completamente sfumato, aggiungete l'acqua (a coprire), poi coprite.

Abbassate la fiamma e fate cuocere per circa 1 ora e mezza.



- 3** Aggiungete i carciofi, puliti e fatti a spicchi. Bagnate con il succo di limone e regolate di sale.

Aggiungete anche del pepe macinato.

Fate cuocere per circa 10-15 minuti.

Servite ben caldo con del prezzemolo tritato!





CONSIGLIO

I carciofi restano sempre un po' duri, come posso fare?

Devi sbucciarli bene, finché non vedrai più il colore viola scuro delle foglie più esterne e devi togliere almeno due dita della loro punta.

Quanto tempo ci vuole per cuocere il tutto?

Tra preparazione e cottura, un'ora e mezzo circa.

Posso surgelare se mi avanzasse una porzione?

Sì puoi tranquillamente surgelare.