

AGNELLO ALLA ROMANA

Ingredienti

- agnello (1000gr)
- lardo (100gr)
- olio extravergine d'oliva (3 cucchiaini)
- farina (20gr)
- vino rosso (125ml)
- 1 dado da brodo
- 1 aglio
- sale
- rosmarino
- pepe nero

Come si prepara

Tagliare l'agnello a bocconi e insaporirlo tutto con sale, pepe, aglio e rosmarino massaggiando bene i pezzi.

Preparare un battuto di lardo e metterlo in un tegame unto con un filo d'olio, di misura giusta per contenere l'agnello.

Fare rosolare bene tutti i pezzi, poi con un setaccino spolverare di farina e continuare a rosolare fino a fargli fare la crosticina.

Aggiungere un po' per volta un bicchiere di vino caldo e quando il vino si è consumato unire il brodo in modo che arrivi a metà della carne.

Mettere il tegame, scoperto, in forno a 180 gradi.

Fare cuocere e quando è rosolato sopra, rigirarlo e colorarlo con il grill.

Servire con contorno di patate al forno ed insalata romana.

Difficoltà: 3

Tempo: 30

Gradimento: 2

Tabella nutrizionale



Valore energetico	219 kcal 917 kJ
-------------------	--------------------

Tags

pasqua, pasquetta, carne, agnello, lardo, agnello alla romana, carni arrosto

