

Costolette di agnello con panatura aromatica

Le **costolette di agnello con panatura aromatica** sono delle cotolettine di agnello molto gustose e saporite impanate con prezzemolo, menta e pecorino romano. Preparate soprattutto nel periodo pasquale, sono ottime in tutto il periodo che va da marzo a giugno.

Le **costolette di agnello con panatura aromatica** sono ottime accompagnate da un contorno di carciofi, oppure da un'insalata fresca.

INFORMAZIONI

- **2** persone
- **450Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**

INGREDIENTI

- 8 costolette di agnello
- 1 uovo di gallina
- 1 cucchiaio di latte
- Pepe nero macinato al momento
- 4 rametti di prezzemolo
- 4 foglie di menta
- 60 g di pane casereccio tipo Altamura o pugliese
- 30 g di pecorino romano grattugiato
- Olio di semi di arachide o di oliva per friggere
- Sale

PREPARAZIONE

- Rimuovere dalle costolette il grasso visibile ed eventuali piccole schegge di osso. Rificare bene le ossa.
- In un piatto sbattere l'uovo con il latte e una macinata di pepe fintanto che non ha perso vischiosità.
- Lavare il prezzemolo e la menta, selezionarne le foglie.
- Tagliare il pane a pezzi.
- Mettere nel mixer il pane, il pecorino, le foglie di prezzemolo e di menta, quindi tritare il tutto in briciole piuttosto fini.
- Mettere in un piatto il pangrattato così ottenuto.
- Passare le costolette nell'uovo sbattuto, quindi nel pangrattato, premendo bene, per rivestirle uniformemente.
- In una padella scaldare un dito d'olio e quando è ben caldo friggere le costolette per un paio di minuti per lato.
- Quando la superficie della panatura risulterà dorata, scolare le costolette e porle su un piatto con carta da cucina asciugandole accuratamente e regolare di sale. Attenzione alla cottura, deve essere piuttosto veloce perchè altrimenti la carne risulterà dura e secca.
- Servire ben calde.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

A base di carciofi o di rucola

STAGIONE

Marzo, aprile

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

