

Pasta al ragù di agnello

La **pasta al ragù di agnello** è un primo piatto dal gusto ricco e corposo, ma non troppo calorico, tipico del periodo pasquale. Per prepararlo occorre poca polpa di agnello, che si può ricavare da spalla o cosciotto, che poi si prepareranno al forno, oppure dalla rifilatura delle costolette.

La **pasta al ragù di agnello** è ottima appena preparata, spolverizzata da pecorino sardo, e si fa in genere con i bucatini, ma è perfetta con tutti i formati lunghi (spaghetti, linguine, tagliolini o tagliatelle) o molto grandi (maccheroni o rigatoni).

INFORMAZIONI

- 2 persone
- 485Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 100 g di polpa di agnello
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- 1 rametto di rosmarino
- 40 ml di vino rosso secco
- 250 g di Polpa di pomodoro a cubetti
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 160 g di pasta
- 20 g di pecorino sardo a scaglie

PREPARAZIONE

- Rifilare la carne di agnello eliminando eventuale grasso o nervature. Ricavarne una piccola dadolata, oppure passarla nel tritacarne.
- Mettere in una padella l'olio, l'aglio spremuto con l'apposito attrezzo oppure tritato molto finemente, il rametto di rosmarino e portarla sul fuoco.
- Far dorare dolcemente aglio e rosmarino, facendo molta attenzione che l'aglio non diventi scuro. Essendo molto piccolo bisogna prestarci molta attenzione.
- Unire la carne di agnello, mescolare rapidamente con un cucchiaio di legno e farla colorire.
- Versare il vino e farlo evaporare, sempre mescolando.
- Eliminare il rosmarino e unire la polpa di pomodoro. Mescolare per amalgamare, quindi unire il sale, una generosa macinata di pepe e far cuocere a fiamma dolce, semicoperto, per 30 minuti circa. Il sugo si deve restringere e addensare. A fine cottura regolare di sale e unire un filo di olio a crudo.
- Nel frattempo che il sugo cuoce lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Mescolare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche istante.
- Servire immediatamente con il Pecorino a scaglie.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Bucatini, linguine, spaghetti, tagliolini

STAGIONE

Marzo, aprile

AUTORE

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

