

# Agnello alle spezie

Le ricette di secondi su RicetteItalia.org

## Per 4 persone:

1000 g carne d'agnello  
1/2 cucchiaino menta essiccata  
1 foglia alloro  
5 semi di coriandolo  
1/2 bicchiere olio d'oliva  
1 cucchiaino zucchero  
2 limoni  
1 pezzetto cannella  
3 chiodi di garofano  
50 g sale grosso  
pepe in grani

## Preparazione

Ponete in un mortaio la menta essiccata, l'alloro, qualche grano di pepe, i semi di coriandolo, lo zucchero, la cannella e i chiodi di garofano e pestate energicamente con un pestello, fino a ridurre tutto in polvere. Trasferite la polvere ottenuta in una terrina, unite 50 g di sale grosso e mescolate accuratamente. Tagliate a pezzetti la carne d'agnello e sfregatela in modo uniforme con il composto ottenuto, in modo da insaporirla bene; mettetela quindi in una zuppiera e fatela riposare, coperta con un canovaccio, per un giorno. Trascorso questo tempo, fate rosolare la carne in un tegame con l'olio caldo, a fuoco vivo per 4-5 minuti, rigirandola di tanto in tanto in modo che si colorisca in maniera uniforme; quindi unite il succo di due limoni, la scorza grattugiata di uno e il liquido rimasto nella zuppiera dopo la marinatura della carne. Fate cuocere a fiamma bassa per un'ora e mezzo, a recipiente coperto, mescolando spesso con un cucchiaio di legno, quindi servite. Se volete, potete conservare la carne: ponetela con il fondo di cottura in vasi di vetro puliti e asciutti, riempiendoli per tre quarti, chiudete e sterilizzate per un'ora. Conservate con oltre 3 mesi; al momento dell'uso, fate scaldare a bagnomaria, a calore moderato.

[Ricette Italia - Le tue ricette di cucina online.](#)

<http://www.ricetteitalia.org>