

tajine di agnello con le rape

Ingredienti

(4 persone)

- 800 g di spalla di agnello, tagliata a dadini
- 450 g di rape
- 2 cipolle
- 1 limone non trattato
- 40 cl di brodo di carne
- 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
- mezzo cucchiaino di zenzero
- mezzo cucchiaino di curcuma
- 1 cucchiaino di paprica
- 1 cucchiaino di cannella in polvere
- 50 g di uva sultanina
- 2 cucchiaini di semi di sesamo
- 50 g di mandorle a scaglie tostate
- 5 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

Preparazione

Pelare le rape e tagliarle a dadini. Sbucciare le cipolle e tritarle finemente. Lavare il limone e tagliarlo a fette.

In una larga pentola di coccio, o in una pentola da tajine, versare 3 cucchiaini di olio e far rosolare la carne per 5 minuti, a fuoco medio, fino a quando sarà dorata. Scolarla dalla pentola e tenerla da parte.

Abbassare un po' la fiamma e aggiungere le cipolle tritate facendole andare dolcemente per 5 minuti.

Aggiungere la cannella, la paprica, la curcuma, lo zenzero e un pizzico di sale e proseguire la cottura per 2-3 minuti.

Versare il brodo e il concentrato di pomodoro, profumare con una macinata di pepe e portare a ebollizione.

Rimettere la carne nella pentola, coprire e cuocere a fuoco basso per 30 minuti; unire le rape e il limone e cuocere per altri 30 minuti fino a quando l'agnello sarà morbido.

Spegner il fuoco e completare con le mandorle, l'uvetta ammollata e scolata, i semi di sesamo e l'olio rimasto.

Mescolare e servire subito.

Difficoltà

facile

Tempo

20 min. la preparazione
1 ora e 15 min. la cottura

Calorie

550 per porzione



L'esperto consiglia
Ai Suma



VITIGNI **Barbera** DENOMINAZIONE **Barbera d'Asti doc**
REGIONE **Piemonte** PRODUTTORE **Braida**
www.braida.it

Colore rosso rubino molto intenso con riflessi granata. Profumo ampio, ricco e complesso, con numerosi sentori di frutti di bosco e in sottofondo note di vaniglia, liquirizia e cacao. Sapore pieno, ponderoso, di grande struttura ma allo stesso tempo elegante e sensuale, armonico e molto persistente.