

Agnello alla nuorese al finocchietto selvatico



Ingredienti per 4 persone: 3 spalle di agnellino da latte (1000 g), 200gr. finocchietto selvatico già spuntato, 75 gr di cipolla, 5 cl di vino bianco secco, 3 cucchiaini di olio d'oliva, sale e pepe q.b.

Procedimento:

- Scottate i finocchietti in poca acqua bollente salata; scolateli, tagliateli a pezzi e teneteli da parte, conservando, separatamente, anche il loro liquido di cottura.
- Tagliatele a pezzi regolari le spalle di agnellino.
- Tritate la cipolla, mettetela in una casseruola, soffriggetela in olio, poi aggiungete i pezzi d'agnello e, voltandoli spesso, fateli rosolare.
- Non appena la carne sarà colorita, salatela, pepatela, bagnatela con il vino che lascerete parzialmente evaporare, quindi unite i finocchietti e un mestolo della loro acqua di cottura.
- Incoperchiate e lasciate stufare a fuoco lento per 1 ora circa, aggiungendo eventualmente ancora acqua dei finocchietti, se il sugo dovesse restringersi troppo.
- Circa 10 minuti prima di terminare la cottura, scoperchiate, correggete di sale e lasciate addensare il sugo, in modo che la carne risulti leggermente glassata.
- Servitela con tutto il suo saporito intingolo.