

LE VIDEO RICETTE DELLA CHEF TELLONE AGNELLO CON ZUCCA, TARASSACO E PERE

27 Gennaio 2016



L'AQUILA - Agnello allevato nei pascoli d'Abruzzo, esaltato dall'amaro della radice di tarassaco, dal dolce della pera decana, gustosa e compatta, il tutto adagiato su un morbido letto di crema di zucca.

Sapori antichi e fantasia, che creano contrasti e sorprendenti abbinamenti, in questo secondo piatto proposto per Abruzzoweb dalla giovane chef Lucia Tellone originaria di Tagliacozzo, astro nascente della cucina italiana, tanto da essere stata selezionata dal celebre cuoco e giudice del programma televisivo Masterchef Carlo Cracco come una degli "Ambasciatori del gusto". Ora Tellone si divide tra Stoccolma, dove lavora al fianco dello chef Esben Holmboe Bang, e l'Abruzzo che resta sempre nel suo cuore.

La ricetta è stata realizzata con gli ingredienti messi a disposizione da Manetta Cibi & Bevande dell'Aquila, un emporio del buon gusto che ha aperto i battenti al Torrione, e che abbina l'accoglienza e la familiarità tipica dell'antico alimentari di quartiere o di paese, con il meglio dei prodotti alimentari, abruzzesi e non solo, con una scelta tanto ampia quanto selezionata.

La parola dunque alla stessa Tellone che spiegherà passo passo la preparazione de prelibato piatto.

AGNELLO CON ZUCCA, TARASSACO E PERE

Ingredienti per 4 persone

- 8 costine di agnello già scalzate
- 1 bottiglia di birra
- 400 grammi di zucca già pulita
- 8 radici di tarassaco pulite
- 1 pera decana
- 1 cipolla bianca
- 100 grammi di di senape

Olio extra vergine di oliva
sale
erbe aromatiche

Procedimento

Prendiamo le costolette d'agnello, mariniamole passandole nella senape in crema, e ricoprendole con la birra. Nel liquido mettiamo anche qualche erba aromatica in foglie.

Facciamo riposare la carne per almeno due ore.

Nel frattempo occupiamoci della zucca, dalla quale dobbiamo ricavare una crema. Puliamo quindi la zucca, tagliamola a pezzetti e tostiamola in pentola con dell'olio e con un trito di cipolla bianca.

Se volete potete aromatizzare con erbe aromatiche.

Tostato la zucca, ricopriamo la zucca o con del brodo vegetale o con dell'acqua. Tutto ciò serve per lessare la zucca.

Trascorso il tempo necessario, circa venti minuti, frulliamo la zucca con il liquido di cottura, preoccupandoci di non lasciare grumi.

Aggiustiamo di sale.

In un altro pentolino, portiamo l'acqua a bollore, leggermente salata; ci lesseremo per tre minuti le radici di tarassaco.

Una volta cucinate, blocchiamo la cottura Immergendole in acqua fredda.

Torniamo all'agnello che nel frattempo avrà cambiato colore grazie alla marinatura.

Lo scoliamo e lo asciugiamo dei liquidi in eccesso.

Scaldiamo la padella con dell'olio dentro; ad olio caldo mettiamo dentro la carne e delle erbe per insaporire. A seconda dello spessore della costolette, dipenderà il tempo di cottura, ma 8 o 9 minuti sono di solito sufficienti.

Saltiamo in un'altra padella le radici e tenerle al caldo.

Ora è tutto pronto per l'impiattamento: posizioniamo nel piatto delle virgole di crema di zucca calda. Sopra adagiamo le costolette e le radici. Aggiustiamo di sale e ...buon appetito.

Lucia Tellone