

CANNAMELA

Agnello alla menta e fiori di zucca farciti



Ingredienti

- 600g costine d'agnello sgrassate
- 100g pangrattato
- 2 cucchiaini Menta in foglie Serie Oro CANNAMELA
- qb Pepe Nero macinato Serie Oro CANNAMELA
- 2 cucchiaini scorzette limone
- 20g olio extravergine di oliva
- Fiori di zucca alla menta:
- 4 fiori di zucca
- 30g parmigiano grattugiato
- 100g robiola o altro formaggio spalmabile
- 2 albumi (70g)
- 1 cucchiaino Menta in foglie Serie Oro CANNAMELA
- qb sale
- qb olio per friggere

 Porzioni 4 persone	 Portata Secondo
 Tempo 30 minuti	 Difficoltà Facile
 Cottura Fritto	 Kcal per persona 430*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1** Al pangrattato unite la menta in foglie Serie Oro CANNAMELA.
- 2** Insaporite con un pizzico di pepe macinato Serie Oro CANNAMELA, le scorzette di limone e un filo d'olio.

- 3 Ungete leggermente la carne e passatela nella panatura. Lasciatela riposare per 20 minuti al fresco.
- 4 Fiori di zucca: lavorate insieme i due formaggi e aromatizzateli con la menta in foglie Serie Oro CANNAMELA e un pizzico di sale.
- 5 In una ciotola, a parte, montate a neve il primo albume e incorporatelo alla crema di formaggio.
- 6 Con un cucchiaino o un sac à poche farcite i fiori, riempiendoli circa per 3/4.
- 7 In un altro piatto sbattete l'albume rimasto e immergete i fiori. Friggeteli in olio caldo, scolateli e conservateli in caldo.
- 8 Sempre in olio frigate anche le costine di agnello, poi scolatele e salatele. Servitele con i fiori di zucca.