

## Fricassea di agnello della Liguria, la ricetta pasquale che non può mancare

scritto da Francesca Vassallo | 13/04/2017



**La Fricassea di agnello della Liguria è la variante regionale di un piatto che si prepara in tutta Italia e tipico delle tavole pasquali. In questa ricetta, come carne, abbiamo usato l'agnello ma si può utilizzare**

## anche il pollo.

La **fricassea** è un secondo piatto saporito e non complicato, proposto sulle tavole di tutta Italia. L'origine del nome deriva dal latino *frixura* ovvero friggere, arrostito che, successivamente, ha dato origine al francese *fricassée*.

Si prepara principalmente con **carni bianche**, quali pollo, coniglio, agnello o frattaglie o con sole verdure; il tutto viene stufato con l'aggiunta di vino bianco, erbe aromatiche - diverse per località - e l'aggiunta di una **emulsione di tuorli d'uovo e limone** a fine cottura che crea una crema morbida e succulenta.

In Liguria, viene chiamata **fracassa o fracassata** e quella più comune è la **fricassea di agnello**, con o senza l'aggiunta di carciofi. Piatto principe di Pasqua, insieme alla Torta pasqualina, non è raro trovarlo anche sulla tavola della Pasquetta.

## Fricassea di agnello della Liguria

**Categoria:** secondo piatto

**Difficoltà:** bassa

**Costo:** medio

**Dosi:** 3 persone

**Tempo totale di preparazione:** 45 minuti

### Ingredienti

- spalla (o coscia) di agnello, 800 grammi
- 2 tuorli d'uovo
- succo di 1 limone piccolo
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- 1 cipolla piccola
- qualche ciuffo di prezzemolo
- olio evo, qb
- sale, qb.

### Preparazione

Tagliare a pezzetti la carne ed eliminare il grasso, quindi lavarla e asciugarla bene. Tritare la cipolla e farla stufare per pochi minuti in olio extra vergine di oliva. Aggiungere l'agnello e far rosolare bene a fuoco medio.

Quando la carne avrà assunto un colore uniforme, bagnare con il vino bianco. Salare, coprire con un coperchio e portare a cottura per ulteriori 30 minuti, aggiungendo all'occorrenza poca acqua calda.

Nel frattempo emulsionare i tuorli con un pizzico di sale e il succo di limone.

A fine cottura dell'agnello, spolverare con il prezzemolo tritato. Per evitare che la carne sia troppo asciutta, si può aggiungere poca acqua calda. Dare una mescolata e, quando è ben caldo, versare i tuorli con il limone. Girare velocemente e spegnere il fuoco. Continuare la mantecatura: la salsa deve essere molto morbida.

## **Presentazione**

Come contorno ideale, ci sono i carciofi trifolati, le patate lesse o alla brace.

## **La variante**

Si può sostituire l'agnello con il pollo, con aggiunta di carciofi tagliati in quarti per un gustoso spezzatino.

## **Vino consigliato**

**Cerasuolo di Abruzzo Doc** è un **vino rosato** (rosa ciliegia), fresco e dalla giusta acidità.