

CARRE' DI AGNELLO IN Crosta DI BASILICO CON Salsa DI YOGURT E Menta E CAROTE AL MIELE

Il carré, chiamato anche lombata, comprende le costole e il filetto dell'agnello.

Faremo una versione leggera di questo taglio con una salsa di yogurt e menta che si sposa perfettamente con il sapore dell'agnello e una crosta di basilico che aggiungerà complessità di sapore.

RICETTA

For the rack of lamb:

- 1 New Zealand rack of lamb, 14 to 16 ounces, 7 to 8 bone, frenched, fat cap removed
- salt and pepper to taste
- 1 tbsp oil
- 2 garlic cloves
- 1 bunch thyme
- 1 tbsp butter
- 2 tbsp dijon mustard
- For the basil crust:
 - 1/2 cup picked basil
 - 1/4 cup picked parsley
 - 8 ounces (225g) panko breadcrumbs
 - 2 tbsp kosher salt
 - 1/2 cup grated Parmigiano
- For the mint yogurt sauce:
 - 1 cup greek yogurt
 - 12 mint leaves
 - zest and juice of 1 lemon
 - salt to taste

For the carrots:

- 3 carrots
- 15g butter
- 3 tbsp honey
- 1/2 tsp thyme
- salt and pepper

PREPARAZIONE

1. Preriscaldiamo il forno a 375 F (190 C) e portiamo ad ebollizione una pentola di acqua salata.

Iniziamo a bollire le carote 6 minuti circa.

Saliamo e pepiamo il carré di agnello.

Scaldiamo una padella con olio a fuoco medio (l'agnello ha pochissimo grasso quindi avremo bisogno di una scottatura leggera.)

Usando le ossa come grip scottiamo l'agnello in padella circa un minuto su tutti i lati. Quando tutti i lati sono scottati aggiungiamo l'aglio, il timo e il burro e continuiamo a cuocere per un altro paio di minuti.

Trasferiamo in forno fino ad una temperatura interna di 125 F (ci vorranno circa 8 minuti).

2. Togliamo le carote dalla pentola e le mettiamo in una terrina con acqua e ghiaccio.

Togliamo l'agnello dal forno, lo appoggiamo su un vassoio e un con un pennello lo copriamo con la mostarda e lo facciamo riposare un paio di minuti così che il sapore penetri all'interno.

Nel frattempo prepariamo la crosta di basilico mettendo tutti gli ingredienti in un robot da cucina.

3. Su un altro vassoio avremo il pangrattato al basilico e tenendo l'agnello dalle ossa lo ricopriamo uniformemente.

Mettiamo della carta alluminio sul fondo di una teglia o di una padella, ci appoggiamo l'agnello, e copriamo le ossa con dell'altro alluminio. Inforniamo a 395 F (200C) per 8 minuti.

Tagliamo le carote in diagonale. Sciogliamo del burro in padella e le facciamo rosolare. Aggiungiamo sale, pepe, timo e miele e cuociamo a fuoco basso 2/3 minuti.

4. Togliamo l'agnello dal forno. Mentre riposa prepariamo la salsa allo yogurt e menta tagliando la menta e mischiandola in una piccola terrina con lo yogurt greco (che ha meno acqua dello yogurt normale), il sale, la scorza e il succo di limone.

Tagliamo il carré. Impiattiamo con la salsa sul piatto, l'agnello sopra e le carote di fianco.