

## Stufato d'agnello con verdure alla greca

Ecco la ricetta, dagli ingredienti alla tavola!

### Ingredienti:

spezzatino d'agnello	g.	500
cipolle	pz.	2
patate	g.	250
zucchine	g.	250
limone, scorza (facoltativa)	presa	1
limone, succo	pz.	1
cannella		QB.
origano		QB.
aglio	spicchi	2
sale e pepe		
olio EVO		QB.

### Preparazione:

Mettere in una grande teglia la carne d'agnello e condirla con le spezie, l'aglio sbucciato e appena schiacciato col dorso di un coltello, la cipolla a pezzettoni, la scorza di limone (pochissima) e il succo di un limone.

Aggiungere l'olio d'oliva e mescolare il tutto.

Preriscaldare il forno (statico) a 150°.

Aggiungere le patate pelate e tagliate a spicchi ([vedi nota](#)) e infornare, coperto da un foglio d'alluminio, a 180° (statico) per circa un'ora.

Mentre la carne cuoce, pulire e tagliare le zucchine in quattro per il lungo e poi a tronchetti. Tenerle da parte.

Trascorsa la prima fase di cottura, togliere la teglia da forno, mescolare tutto, aggiungere le zucchine e mescolare nuovamente.

Coprire con l'alluminio e proseguire la cottura, a 180°, per un'altra ora.

Trascorso questo tempo, togliere dal forno, eliminare l'alluminio e verificare la cottura.

Se risultasse troppo fondo di cottura, rimettere la teglia in forno, scoperta, altri dieci minuti per eliminare l'umidità in eccesso.

Lasciar riposare fuori dal forno qualche minuto e poi portare in tavola e servire direttamente dalla teglia.

Anche del semplice pane è sufficiente ad accompagnare questo piatto che, data la varietà degli ingredienti, è già di per sé completo.

### SUGGERIMENTI E NOTE:

- Usare il sale senza troppa parsimonia o le verdure resteranno insipide.
- Può essere servito, oltre che accompagnato da delle semplici fette di pane, con un [riso pilaf](#) o un couscous.
- Se dovesse avanzarne può tranquillamente essere conservato in freezer per un paio di mesi.
- Patate: volendo scottare le patate a spicchi per tre o quattro minuti in acqua bollente salata e aggiungerle poi insieme alle zucchine.