Uno dei piatti tipici della cucina laziale e romana che anche nell'Alta Valle del Velino è largamente diffus
Gustosi pezzi di agnello bagnati in una salsa a base di aglio, rosmarino, vino bianco, acciuga, peperonc

Ingredienti per 4 persone

- **Abbacchio**
  1 kg.
- **Olio di oliva extravergine**
  1/2 bicchiere

- **Sale**
  1 cucchiaio raso
- **Pepe**
  1 pizzico
- **Aglio**
  2 spicchi
- **Rosmarino**
  1 cucchiaio di fogliette
- **Salvia**
  1 pizzicata.
- **Peperoncino**
  1 diavoletti.
- **Acciughe**
  2, oppure 2 cucchiaini di pasta di acciughe
- **Vino bianco secco**
  1/2 bicchiere
- **Aceto di vino**
  1/2 bicchiere

Preparazione

- Pestare in un mortaio di legno l'aglio, il rosmarino, la salvia, il peperoncino e le acciughe fatte a pe

- Tagliare l'abbacchio in pezzi di circa 40 grammi l'uno, lavarli, sgocciolarli ed asciugarli.

- Farli rosolare insieme all'olio in un tegame, su fuoco moderato mescolando di tanto in tanto con un

- Versarvi sopra il vino, aggiungere il sale e il pepe ed aumentare il fuoco. fare evaporare il vino, di

- Sorvegliare spesso e aver cura di non fare asciugare troppoil sughetto aggiungendo all'occorrenza

- Quando la carne tende a staccarsi dall'osso, si è prossimi alla cottura ed allora versare la salsa pr

- Lasciare riposare per mezz'ora almeno nel tegame coperto per far prendere ancor più sapore. Ser

Note

Una variante più saporita prevede l'uso dei capperi al posto della salvia.