

SECONDI PIATTI

## Barchette di peperoni con verdure sott'olio

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    COSTO: [basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



Le **barchette di peperoni** con verdure sott'olio sono davvero tanto sfiziose! Provatele come contorno durante un pranzo o una cena con amici, quando si vuol fare bella figura con poca fatica e magari spendendo poco! Perché sì oltre che essere buonissima, questa variante di barchette di peperoni è veloce ed economica. Si tratta di una ricetta che ci è stata lasciata sul forum e che vi invitiamo a provare al più presto. Anzo fateci sapere se vi è piaciuta, magari lasciando un commento nel box qui in basso. L'idea in più è quella di fare tante piccole barchette e servirle come una sorta di finger food. Se come noi amate i peperoni farciti, potete

anche quelli ripieni alla nostra maniera.

## INGREDIENTI

PEPERONI piccoli - 4

POMODORO PELATO 100 gr

FUNGHI SOTT'OLIO carciofini e

melanzane - 150 gr

CAPPERI SOTT'ACETO 1 cucchiaino da

tavola

PARMIGIANO REGGIANO 100 gr

PANGRATTATO 80 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1

cucchiaino da tavola

SALE

PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** Quando volete realizzare la ricetta delle barchette di peperoni ripieni di verdure sott'olio, per prima cosa dovete tagliare la calotta ai peperoni, svuotarla dai semi e dividerli a metà, ottenendo così delle barchette.

Mettere un po' di olio in una teglia e disporre i peperoni.



- 2 Riempire ogni peperone con qualche filetto di pomodoro, 2 o 3 funghetti sott'olio, delle fettine di carciofino sott'olio, qualche capperi, sale e pepe.



- 3 Cospargere i peperoni con formaggio e pane grattugiato e condirli con l'olio. Mettere appena un pochino d'acqua nella teglia e infornare per 30 minuti circa.



4 Servire anche freddi.



## CONSIGLIO

**Potrei aggiungere anche della carne macinata oltre alle verdure?**

Sì puoi fare anche un impasto di polpetta mischiarlo con le verdure.

**Posso prepararle in anticipo?**

Sì va bene, anche perché sono anche molto buone fredde.

**Potrei congelare le barchette avanzate?**

Sì puoi tranquillamente congelarle.

**Potrei invece aggiungere del riso già cotto?**

Sì puoi aggiungerlo e otterrai una gustosa variante.