

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.