

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Friggitelli al forno

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

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



I friggittelli al forno sono un ottimo contorno ideale da portare a tavola per accompagnare una gustosa grigliata di carne, pesce ma anche acconto a taglieri o salumi. La ricetta che andiamo a proporvi è davvero facilissima ed è indicata anche per chi non è molto abile in cucina. Con poche e semplici mosse vi potrete aggiudicare un ottimo contorno, e qualora vi avanzasse, potete il giorno dopo usarlo sulla pizza o sulla pasta!

Una ricetta con i friggittelli semplice che metterà d'accordo proprio tutti, conquistando anche i palati più esigenti. Nonostante il nome, questa varietà di peperoni è ottima se fatta in forno. Provate questa

versione che prevedendo la cottura al forno è meno calorica ma decisamente gustosa. Se amate poi questi ortaggi, ecco per voi un'altra ricetta interessante: provateli con le acciuغه, sono buonissimi!

INGREDIENTI

PEPERONI FRIGGITELLI 500 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE

PREPARAZIONE

- 1 Preparare i friggitelli al forno è molto semplice e veloce. Lavate bene i friggitelli sotto l'acqua corrente, bucherellateli con delicatezza con una forchetta. Ricoprite con della carta da forno una teglia e, mettete i friggitelli all'interno della teglia. Salateli leggermente e aromatizzateli con una leggera macinata di pepe.







- 2 Conditeli con un filo d'olio extravergine d'oliva e trasferite i friggirelli in forno preriscaldato statico a 180°C e, lasciate cuocere per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate i friggirelli al forno, lasciateli intiepidire leggermente e servite.



