

SECONDI PIATTI

Peperoni ripieni di carne

di: *Cookaround*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 45 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



I **peperoni ripieni di carne** sono un'ottima alternativa per un secondo piatto equilibrato e gustoso.

Questo metodo di cottura ne aumenta sicuramente il sapore formando una gradevole crosticina di gratinatura in superficie.

Quando non sapete più come **cucinare la verdura** e la **carne**, ecco che questa ricetta vi viene incontro...un bell'impasto a mo' di polpettone racchiuso in una barchetta di peperone che conferisce maggior sapore al tutto.

Anche d'estate è un ottimo piatto da servire sia tiepido che a temperatura ambiente, basterà aggiungere delle patate al forno per avere un pasto da leccarsi i baffi! Provate la nostra ricetta infallibile!

INGREDIENTI

PEPERONI 2
CARNE MACINATA DI MANZO 300 gr
UOVA 1
PARMIGIANO REGGIANO 100 gr
PREZZEMOLO 1 ciuffo
SPICCHIO DI AGLIO 1
PANE raffermo - 4 fette
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PER LA GRATINATURA

PANGRATTATO 2 cucchiari da tavola
PARMIGIANO REGGIANO 2 cucchiari da
tavola

PER LA COTTURA

POMODORI 3
PEPERONI 1

Preparazione

- 1 Quando volete preparare i peperoni ripieni di carne, per prima cosa lavate e tagliateli a metà per il lungo. Liberateli, quindi, dai semi e dai filamenti bianchi e metteteli da parte.



- 2 Trasferite la carne macinata in una ciotola. Togliete la crosta dal pane raffermo e tagliatelo a pezzi, raccoglietelo in una ciotola e versate sopra dell'acqua per ammorlo.





- 3 Dopo qualche minuto strizzate bene il pane e unitelo alla ciotola con la carne macinata, iniziate ad impastare i due ingredienti.



- 4 Tritate del prezzemolo e unitelo alla ciotola. Unite anche un uovo, uno spicchio d'aglio schiacciato ed il parmigiano; mescolate molto bene per amalgamare gli ingredienti.





5 Salate e pepate il composto e terminate d'impastare.



6 Ungete un foglio di carta forno posto dentro una teglia. Ungete anche le barchette di peperone e farcitele col composto di carne.



- 7 Allineate i peperoni ripieni nella teglia. Riempite i vuoti presenti con dei pomodori e del peperone affettato.



8 Ungete la superficie dei peperoni ripieni e le verdure nella teglia. Cospargete, inoltre, di un mix di pangrattato e parmigiano e distribuite un ultimo pizzico di sale.





9 Infornate a 180°C per circa 45 minuti o fino a doratura della superficie.



10 Serviteli appena sfornati o a temperatura ambiente.



Consiglio