

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Orzo alle prugne

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [80 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Se volete fare un pranzo speciale, che sia perfetto per la famiglia ma anche per una cena con amici, provate l'**orzo alle prugne**. Basta veramente poco per fare questo piatto, che risulta ideale anche da portare in ufficio e se messo all'interno di bicchierini diventa un delizioso finger food. Le prugne dolci si sposano benissimo con il piatto salato e insieme danno vita a un bel mix di sapori. Provate questa ricetta dal risultato eccellente e fateci sapere se vi è piaciuta. Altre idee per realizzare piatti simili? Provate la nostra [insalata di orzo e fagiolini](#).

INGREDIENTI

ORZO DECORTICATO 200 gr
PRUGNE SECCHIE 100 gr
PEPERONI 300 gr
BASILICO 1 ciuffo
PREZZEMOLO 1 ciuffo
ZAFFERANO 1 bustina
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Lasciate l'orzo in ammollo per almeno 6 ore.



- 2 Cuocete, quindi, l'orzo nella stessa acqua dove è stato ammollato per circa un'ora a fuoco basso. Considerate 3 parti di liquido per ogni parte d'orzo (qualora l'acqua d'ammollo non fosse sufficiente, integratela con dell'acqua nuova)

Lasciate intanto gonfiare le prugne secche in acqua fredda per almeno 30 minuti e cuocetele a fuoco basso utilizzando l'acqua dell'ammollo.



3 Scolatele e nella stessa acqua cuocete i peperoni puliti e tagliati a strisciole.



4 A cottura ultimata aggiungeteli all'orzo ed unitevi anche le prugne condite con il basilico ed il prezzemolo tritati e lo zafferano.



5 Mantecate il tutto ancora per pochi minuti a fuoco bassissimo prima di servire a tavola.