

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Peperoni arrosto in salsa di acciughe e capperi

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **20 min**    COTTURA: **10 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + 2 ORE DI RIPOSO

---



Durante la bella stagione si sa, la terra ci regala dei prodotti meravigliosi, davvero ottimi e versatili come zucchine, melanzane e peperoni. Ed è proprio utilizzando questi ultimi che potrete fare una ricetta super facile ma tanto buona. I peperoni arrosto in salsa di acciughe e capperi sono davvero un contorno perfetto e si abbinano benissimo sia a secondi piatti di carne che di pesce. In questa preparazione, questi ortaggi, dolci di natura, vengono esaltati dal contrasto con la nota sapida delle acciughe e dei capperi. Provateli subito e ci

darete sicuramente ragione!

Se avete qualche difficoltà a digerire i peperoni sappiate che basterà eliminare dal loro interno i filamenti e i semi, poi una volta cotti togliete anche la pelle e vedrete che saranno perfettamente digeribili anche da chi ha in genere piccoli problemi o fastidi.

Buoni, semplici da fare, estivi e tanto colorati, sono perfetti da portare a tavola durante un pranzo in famiglia o una cena sfiziosa con gli amici. La ricetta che vi diamo è anche molto furba perché si può preparare in anticipo e poi essere servita al momento opportuno. Provate a farli e vedrete che sapore. Tutti gli ingredienti si mescolano e si esaltano a vicenda, in questo modo questo contorno ha un gusto esplosivo!

Se cercate altre ricette con i peperoni ecco per voi alcune idee gustose:

[peperoni fritti](#)

[peperoni in padella](#)

[peperoni alla siracusana](#)

## INGREDIENTI

PEPERONI 3

FILETTI DI ACCIUGHE 6

CAPPERI 35 gr

ORIGANO ESSICCATO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

180 gr

## PREPARAZIONE

- 1 Arrostire i peperoni nel forno, metteteli immediatamente in un sacchetto e fateli raffreddare.



2 Spellateli, sciacquateli e tagliare a listarelle.







3 In una ciotola mettete le acciughe sminuzzate, i capperi, l'origano e l'olio ed emulsionare.





4 Mettete i peperoni in una pirofila che possa contenere i peperoni in due strati.

Condire con sale e pepe.





**5** Versate la salsa sopra i peperoni e lasciate riposare per 2 ore.

