

SECONDI PIATTI

Peperoni ripieni di riso

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



La ricetta dei **peperoni ripieni di riso** che vi proponiamo in questa versione è davvero meravigliosa. I peperoni si trasformano in piccoli contenitori ricchi di gusto e sapore e sono perfetti da presentare ad una cena tra amici o parenti. Mettono tanta allegria perché sono tanto colorati, e sono molto scenografici proprio grazie alla loro forma. Se poi il riso incontra uno degli ortaggi più buoni che ci siano, si crea un mix tra i più buoni da provare, nella serie dei piatti tipicamente mediterranei. I peperoni sono il contenitore ideale per ospitare questi bei chicchi di riso che diventano un tutt'uno con il contenitore stesso, che verrà consumato boccone dopo boccone. Il piatto si

presta a mille varianti, può ospitare altri tipi di verdure fatte a cubetti ma anche salumi, formaggi o carne, trasformandosi in questo modo anche in un piatto di riciclo! Potete anche personalizzarli uno ad uno facendo la felicità dei vostri invitati. Questo piatto fa venire in mente le sere d'estate, ma sa anche tanto di tradizione familiare. Provate anche voi a realizzare i peperoni ripieni, sono facilissimi da fare e di certo riscontreranno un successo incredibile! E se siete dei peperoni dipendenti provate anche questa ricetta che li vede [gratinati al forno](#).

INGREDIENTI

PEPERONI 2

RISO 4 cucchiaini da tavola

CIPOLLE ½

SPICCHIO DI AGLIO 2

PREZZEMOLO 1 mazzetto

PANCETTA (TESA) 1 fetta

POMODORO PELATO

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1 La prima cosa da fare per realizzare la ricetta dei peperoni ripieni di riso è lavare accuratamente gli ortaggi, asciugarli e dividerli a metà.

A questo punto rimuovete i semi ed i filamenti bianchi presenti all'interno.

Nel frattempo fate tostare il riso in padella con un giro d'olio extravergine d'oliva. Il riso deve diventare traslucido.



2 Non appena il riso risulta ben tostato, trasferitelo in una ciotola alla quale unirete anche la cipolla, gli spicchi d'aglio, il prezzemolo e la pancetta tritati.





3 Mescolate bene gli ingredienti affinché risultino ben amalgamati.

Riempite ciascuna metà di peperone con il composto di riso appena realizzato.



4 Disponete i peperoni farciti in un unico strato in una padella piuttosto ampia dove avrete versato poco olio extravergine d'oliva e fateli arrostire a fuoco vivace.



5 Quando i peperoni iniziano a sfrigolare, aggiungere alla padella i pomodori pelati.



6 Lasciar cuocere i peperoni a fuoco dolce per circa un'ora aggiungendo dell'acqua, quando necessario.

CONSIGLIO

Al posto della pancetta che posso usare? Non piace ai bambini.

Puoi tranquillamente utilizzare del prosciutto cotto a dadini.

Vorrei prepararli in anticipo, posso congelarli?

Sì puoi congelarli tranquillamente dopo la cottura.

Non digerisco i peperoni come posso fare?

Accertati di eliminare tutti i semi e i filamenti bianchi e di certo andrà meglio.

Con che posso sostituire i peperoni?

Tutte le verdure vanno bene, ma perfette sono melanzane, zucchine e pomodori.