

ANTIPASTI

Verdure ripiene all'ortolana

DOSI

8 persone

PREPARAZIONE

1 h 10 min

Ingredienti per 8 persone

Cipolle bianche	4
Zucchine grandi	2
Peperoni	2
Pomodori piccoli maturi	4

PER IL RIPIENO

Riso	400 g
Peperone rosso	1/2
Zucchini	1
Carota	1
Piselli sgusciati	4 cucchiaini
Olio d'oliva extra-vergine	4 cucchiaini
Cipollina	1
Formaggio parmigiano grattugiato	40 g
Burro	50 g
Brodo	
Pepe	

Preparazione

- 1 Private i pomodori della calotta e dei semi, poi salateli internamente e poneteli capovolti su una gratella per 30 minuti in modo che perdano l'acqua di vegetazione.
- 2 Nel frattempo, lessate al dente in acqua bollente salata le cipolle, le zucchine e i peperoni (questi ultimi tagliati a metà e privati dei semi). Preparate il ripieno.
- 3 Fate rosolare la cipollina tritata nell'olio caldo, poi unite i piselli e la zuccina, il peperone e la carota tagliati a dadini e lasciate cuocere per qualche istante.
- 4 Aggiungete quindi il riso, lasciatelo tostare per un minuto, poi portatelo a cottura bagnando man mano col brodo bollente. Completate con 40 g di burro, pepe a piacere e il formaggio e lasciate intiepidire.

- 5 Dividete quindi in 2 parti le zucchine, poi tagliatele a metà orizzontalmente e privatele della polpa con i semi. Tagliate a metà anche le cipolle e scavatele in modo da formare delle scodelline.
- 6 Riempite le verdure col ripieno, sistemandole man mano in una pirofila unta col burro rimasto e cuocetele in forno caldo a 200 gradi per circa 15 minuti.