



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE001080

Registrata in data 20 Feb 2017 alle ore 11:01

da SONIA TORTORA

Verdure ripiene

Le verdure ripiene sono un contorno classico, ma con il grano Chirico sono rese anche un piatto leggero e digeribile.

Tempo di preparazione: 50 minuti

Ingredienti per 4 persone

4 melanzane-peperoni
200 g di grano Chirico
100 g di carne macinata
50 g di salsiccia
50 g di funghi secchi
curcuma q.b.
burro una noce
latte q.b.
olio q.b.

Preparazione

Se scegliete le melanzane tagliatele per lungo a metà, se scegliete i peperoni tagliateli in alto dal cappello, svuotateli, avvolgeteli poi nella carta stagnola e infornateli a 180° per 25 minuti controllando di tanto in tanto la doratura.

Nel frattempo preparate il ripieno. In una padella oliata unite la carne macinata, la salsiccia sbriciolata e i funghi secchi già ammollati in acqua tiepida, rosolate per 10-15 minuti e spolverate con la curcuma.

In un altro tegame mescolate il grano cotto, il latte e la noce di burro finché il composto non si ammorbidisce, poi unitelo al precedente.

Una volta pronte le verdure sfornatele e farcitele col ripieno, infornando poi ancora qualche minuto.

Buon appetito.

Vino consigliato

Coronata Val Polcevera