

## Peperoni ripieni al forno, ricetta leggera e veloce

**Autore:** Lud Vica

**Data:** 19 Agosto 2013



Piatto ideale da portare al mare, questi peperoni ripieni di riso al forno sono veramente squisiti. Provateli!

### Preparazione

1. Lavate i peperoni sotto l'acqua corrente e tagliatene le calotte con un coltello affilato, tenendole da parte
2. Rimuovete dall'interno semi ed eventuali filamenti.
3. Riponete i peperoni capovolti su un tagliere
4. Lavate i pomodori, tagliateli a metà e privateli dei semi
5. Riduceteli a cubetti
6. Lavate il prezzemolo, selezionatene le foglie e tritatele finemente con la mezzaluna su un tagliere
7. Scaldate il brodo vegetale
8. In una pentola da minestra fate soffriggere a fiamma bassa lo scalogno tritato molto finemente con metà olio
9. Aggiungete il pomodoro e lasciate insaporire 2 minuti

10. Aggiungete il riso e fartelo tostare un minuto
  11. Unite un mestolo di brodo bollente e impostate un timer secondo i minuti di cottura del tipo di riso che avete scelto
  12. Continuate unendo il brodo man mano che viene assorbito, mescolando di tanto in tanto, senza lasciare che il composto si asciughi troppo, altrimenti cuocerebbe male ed in modo discontinuo
  13. Due minuti prima della fine del tempo di cottura del riso, unite un cucchiaino di prezzemolo tritato e regolate di sale
  14. Mescolate continuamente e portate a fine cottura
  15. Spegnete il fuoco, unite una grattugiata di pepe e lasciate riposare
  16. Ungete una pirofila da forno abbastanza grande da contenere tutti i peperoni in piedi
  17. Spennellate l'interno dei peperoni con un filo d'olio, cospargeteli con un pizzico di sale e riempiteli con il riso
  18. Coprite ciascun peperone con la propria calotta, condite con un filo d'olio, una grattugiata di pepe ed infornate per 45 minuti a 180° C
  19. Togliere le calottine negli ultimi 10 minuti di cottura
  20. Servite i peperoni tiepidi decorandoli con foglie di prezzemolo.
- 

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/ricette/peperoni-ripieni-al-forno-ricetta-leggera-e-veloce/>

Generato il 13/06/2026