

PEPERONI RIPIENI DI VERDURE 1

Ingredienti per 4 persone:

- 4 peperoni gialli
- olio d'oliva extra-vergine
- 1 peperone verde piccolo
- 2 melanzane di tipo lungo piccole
- 1 costa sedano
- 1 spicchio aglio
- 100 g di olive snocciolate
- 2 cucchiai salsa di pomodoro
- 1 cucchiaio capperi sotto sale
- alcune foglie menta fresca
- sale

Lavate le verdure e fatele asciugare.

Togliete quindi la calotta ai peperoni gialli e svuotatele dei semi; tagliatele a dadini le melanzane, striscioline il peperone verde e a piccoli pezzi la costa di sedano.

In una teglia versate l'olio e ammorbiditevi lo spicchio d'aglio schiacciato, aggiungetevi le verdure tagliate a pezzi e le olive snocciolate.

Cuocete a fuoco lento per circa mezzora, a tegame coperto, dopo aver aggiunto anche la salsa di pomodoro, quindi aggiungetevi capperi sciacquati sotto acqua corrente e aggiustate di sale, mescolate e ritirate dal fuoco prima che le verdure risultino eccessivamente cotte.

Riempite i peperoni con le verdure stufate e disponetevi.