

# Peperoni ripieni di riso



I peperoni ripieni di riso sono un gustosissimo piatto unico, sfizioso e colorato, ottimo anche da portare in ufficio il giorno successivo. Qui vi proponiamo un ripieno semplice ma gustoso, che potete personalizzare secondo i vostri gusti e arricchire con i vostri ingredienti preferiti.

**Ingredienti per 2 persone**

**3 peperoni**

**220 g di riso parboiled**

**30 g di olive taggiasche denocciolate**

**15 g di capperi sotto aceto**

**100 g di formaggio tipo Galbanino**

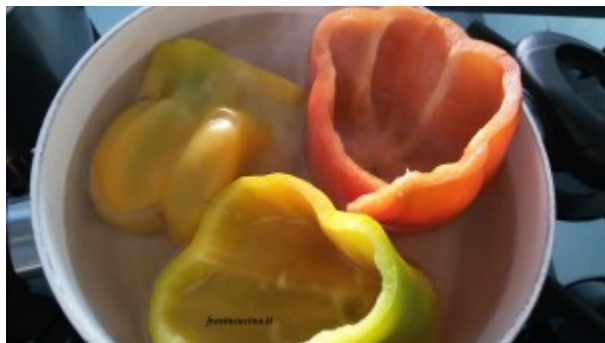
**1/2 cipollotto**

**vino bianco**

**sale**

Per prima cosa lavare i peperoni sotto l'acqua corrente e tagliarli togliendo solo la parte di peperone a cui è attaccato il picciolo e lasciando intera l'altra parte. Eliminare i semi e i filamenti bianchi.

Portare ad ebollizione una pentola di acqua e scottare i peperoni interi, cuocendoli per circa 15 minuti.



Devono ammorbidirsi ma rimanere solidi. Scolarli e lasciarli raffreddare, lasciando l'acqua di cottura.

Nel frattempo tagliare a striscioline la parte dei superiore dei peperoni e saltarla in una padella con il cipollotto e un filo di olio.



Aggiungere il riso, tostare per qualche minuto, sfumare con il vino bianco e salare leggermente. Cuocere il riso aggiungendo via via l'acqua di cottura dei peperoni per circa 15 minuti.

Mentre il riso cuoce, spellare i peperoni, tagliarli a metà, in modo da formare delle barchette e posizionarli in una teglia precedentemente ricoperta con un foglio di carta da forno.

Quando il riso è quasi cotto, toglierlo dal fuoco, aggiungere le olive snocciolate e tagliate a pezzettini, i capperi e il formaggio.



Con l'aiuto di un cucchiaino, riempire i peperoni, distribuendo il riso in uguali quantità.



Cospargere il riso di pangrattato, aggiungere mezzo bicchiere di acqua, un filo di olio e infornare in forno ventilato a 180° per circa 40 minuti.



[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altro in Pranzo a lavoro](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)