



CUCINA CON NOI!

Peperoni lunghi ripieni di cous cous e gremolata di olive

I peperoni ripieni sono un piatto tipico dell'estate: in questa versione vegetariana sono ripieni con Cous Cous con Verdure e una saporita gremolata di olive.

INGREDIENTI

4 peperoni lunghi

1 busta di **Cous Cous con Verdure Orogel**

1 porro

4 cucchiaini di acqua

mezzo bicchiere di vino bianco

olio extravergine di oliva

90 g di olive taggiasche

2 cucchiaini di succo di limone

2 cucchiaini di menta tritata

sale e pepe



45



4



Media



Secondi Piatti



Padella

Preparazione

- 1 Sbollentare i peperoni per circa quattro minuti in acqua bollente salata, in modo che si ammorbidiscano rimanendo però abbastanza sodi. Tagliare a metà, eliminare i semi e tenere da parte.
- 2 Lavare il porro e affettarlo sottilmente. Farlo soffriggere in padella con 1 cucchiaio di olio, sfumare con vino bianco e, abbassando la fiamma, lasciare appassire per qualche minuto. Aggiustare di sale e pepe e tenere da parte.
- 3 Versare il cous cous surgelato in una padella antiaderente con 1 cucchiaio d'olio, l'acqua e un pizzico di sale. Coprire e cuocere per 5-6 minuti, mescolando di tanto in tanto. Una volta cotto aggiungere il porro precedentemente stufato.
- 4 Preparare la gremolata tritando le olive e mescolandole con il succo di limone, 1 cucchiaio di olio, la menta, il sale e il pepe.
- 5 Farcire i peperoni con il cous cous, servire con la gremolata e guarnire con altra menta.

