

FRIGGITELLI RIPIENI

INGREDIENTI

24/26 friggitelli
125 g tabulè
olio extravergine di oliva
sale
pane secco grattugiato
3 uova

PREPARAZIONE

1. Tagliate a metà i friggitelli eliminate semi e parti bianche
2. Cuocete il bulgur seguendo le istruzioni sulla confezione/ Se usate tabulè già pronto seguite istruzioni su confezione.
3. Regolate di sale
4. Aggiungete le uova e il pane secco grattugiato.
5. Riempite i friggitelli
6. Infornate per circa 20 minuti

NOTE: Aggiungete uova e pane secco grattugiato poco per volta in questo modo il composto non sarà troppo duro o molle. 24/26 friggitelli dovrebbero essere sufficienti, comunque per sicurezza compratene qualcuno in più.