

INVOLTINI DI PEPERONI E ZUCCHINE

TEMPO PREPARAZIONE 10 MINUTI

TEMPO COTTURA 25/30 MINUTI

PORZIONI 3 PERSONE

INGREDIENTI

1 peperone giallo
1 peperone rosso
2 zucchine
2 cucchiaini di pinoli
1 pezzetto di formaggio pecorino
2 o 3 acciughe sottolio
qualche foglia di basilico
olio extravergine di oliva
sale q.b.

PREPARAZIONE

1. Lavate le verdure e tagliate i peperoni a listarelle possibilmente tutte uguali
2. Scaldate una padella con olio evo e fate stufare i peperoni a fuoco basso sino a quando saranno morbidi, girandoli ogni tanto.
3. Una volta cotti metteteli da parte e con un pelapatate ricavate tante striscioline dalle zucchine.
4. Mettetele nella padella ancora calda e lasciate riposare alcuni minuti.
5. Nel frattempo tagliate a tocchetti il formaggio e tritatelo.
6. In un mortaio mettete il formaggio, i pinoli, il basilico e le acciughe e pestate tutto sino ad ottenere una crema.
7. Ora alternate una falda di peperone rosso una di giallo e la zucchini.
8. Ricoprite con la crema e arrotolate tutto. Infilate con uno stecchino.
9. Continuate fino a quando saranno terminati gli ingredienti.

NOTE: Dovete fare lo stesso numero di falde di peperone rosso, giallo e fette di zucchini. Le verdure vanno tagliate in verticale così le potete arrotolare bene. Con le dosi che vi ho dato dovrete riuscire a ricavare le dosi giuste per 3 persone, naturalmente dipende tutto dalla grandezza delle verdure.