

Peperoni ripieni di quinoa



Tempo di preparazione: 60 min.

Difficoltà: Media

Ingredienti

- Passata Classica 3x200g 200 gr
- **Ingredienti**
 - Acqua 200 gr
 - Cipolla fresca 1
 - Peperoni 3
 - Quinoa 100 gr

Per questa ricetta abbiamo usato:



Preparazione

Sciacquate la quinoa sotto l'acqua con un colino a maglie fini e mettetela poi in un pentolino insieme ai 200 g di acqua. Salate ed accendete il fuoco. Quando l'acqua bollerà, coprite con un coperchio e cuocete a fiamma bassa per circa 12 minuti (controllate comunque sempre le indicazioni di cottura sulla confezione).

Nel frattempo tritate finemente la cipolla e appassitela con qualche cucchiaino di acqua in un pentolino. Aggiungete la **passata classica Pomì** e cuocete per una decina di minuti, aggiungendo a fine cottura qualche foglia di basilico che lascerete in infusione.

Tagliate in 3 i peperoni, eliminate i filamenti e i semi interni e cuoceteli sulla piastra, rigirandoli più volte. Quando si saranno ammorbiditi adagiateli su una teglia ricoperta di carta da forno. Quando la quinoa sarà cotta e un po' intiepidita, conditela con il sugo di pomodoro e cipolla (da cui avrete eliminato le foglie di basilico). Con un cucchiaino riempiete i peperoni del ripieno di quinoa al sugo di pomodoro.

A questo punto potrete aggiungere anche qualche dadino di mozzarella, per chi desidera che la ricetta sia più nutriente e golosa, altrimenti potete lasciarli più leggeri ma ugualmente saporiti, così come ho fatto io. Cuocete in forno caldo ventilato a 200° per circa 20 minuti.