

Pomodori ripieni di verdure

Ingredienti per 4 persone

4 grossi pomodori sodi ma ben maturi
1 cipolla
1 peperone giallo
1 melanzana
1 zuccina
qualche foglia di basilico
2 cucchiaini di olio evo
sale e pepe

Preparazione

Mondate e lavate i pomodori, la cipolla, il peperone, la melanzana e la zuccina.

Lasciate attaccato ai pomodori il picciolo, tagliate le calotte, svuotateli della polpa che terrete da parte; salateli leggermente e fateli riposare capovolti su carta assorbente. Tenete da parte le calotte dei pomodori. Sbucciate la cipolla, tagliatela in quarti e tritatela finemente. Tagliate a dadini il peperone, la melanzana, la zuccina e la polpa dei pomodori che avete tenuto da parte.

Scaldare 2 cucchiaini di evo in una casseruola, unite la cipolla e fatela rosolare dolcemente, aggiungete le verdure tagliate a dadini e fate cuocere a fuoco moderato, 15 minuti circa, mescolate spesso.

Unite alle verdure, a cottura ultimata, il basilico tritato, mescolate bene.

Scaldare il forno a 200 gradi, ungete una pirofila con l'olio rimasto.

Prendete i pomodori e farciteli con la preparazione pronta, aiutandovi con un cucchiaino. Disponeteli nella pirofila, allineati, con accanto la loro calotta. Infornate e cuocete per 30 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire i pomodori e le loro calotte. Adagiate i pomodori ripieni su un piatto da portata e serviteli tiepidi oppure freddi con una spolverizzata di pepe.

