



Peperoni ripieni con quinoa

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione 45 Min.
Tempo di riposo 10 Min.
Tempo di cottura 40 Min.
Porzioni 4
Elettrodomestico Combair-Steam SE dal 2015

Preparazione

150 g di quinoa
3 g di sale
300 ml di acqua

Lavare la quinoa in un setaccio sotto l'acqua corrente. Lasciar scolare bene. Versare la quinoa, l'acqua e il sale nel contenitore di cottura e collocarlo sulla griglia nella camera di cottura fredda. Cuocere.

Cottura a vapore 100 °C per 20 Min.

Togliere la quinoa dalla camera di cottura e lasciarla riposare per 10 minuti.

4 peperoni, di vari colori
1 pomodoro, circa 100 g
50 g di olive, nere denocciate
100 g di piselli, verdi, surgelati
20 g di olio d'oliva
erba cipollina
prezzemolo
75 g di panna acida
1 scalogno
peperoncino tritato
sale
pepe

L'apparecchio preriscalda

(Pre)riscaldare la camera di cottura a 200 °C con Aria calda umida

Far scongelare i piselli. Ritagliare la calotta dei peperoni e asportare la parte interna bianca. Privare i pomodori dei semi. Tagliare le calotte dei peperoni e il pomodoro a dadini. Tritare grossolanamente le olive. Tritare finemente lo scalogno, il prezzemolo e l'erba cipollina.

Mescolare tutti gli ingredienti per il ripieno, aggiungerli alla quinoa cotta e condire.

40 g di sbrinz, grattugiato





Versare il ripieno alla quinoa nelle cavità dei peperoni e cospargere con lo sbrinz.
Appoggiare i peperoni sulla teglia rotonda e collocarla sulla griglia all'interno della camera di cottura preriscaldata. Cuocere.

Infornare gli alimenti

Aria calda umida 200 °C per 20 Min.

75 g di panna acida

Terminata la cottura, servire i peperoni con la panna acida.

Accessori

Stampo in porcellana ⅓ GN

Griglia

Teglia rotonda con TopClean ø24 cm

Ulteriori informazioni

Creata il

11.12.2019

