

POMODORI RIPIENI

INGREDIENTI:

- 8 POMODORI RAMATI
- 400 GR DI PRIMOSALE MORBIDO LIGHT
- 200 GR DI FARRO
- 2 ZUCCHINE
- QUALCHE FOGLI ADI BASILICO
- OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA
- SALE E PEPE

PROCEDIMENTO:

LAVARE E ASCIUGARE I POMODORI, TAGLIARE LA CALOTTA SUPERIORE E SUCCESSIVAMENTE SVUOTARE I POMODORI DALLA POLPA. SALARE L'INTERNO DEI POMODORI E LASCIARLI SCOLARE A TESTA IN GIU'. A PARTE CUOCERE IN ABBONDANTE ACQUA SALATA IL FARRO PER 20 MINUTI , SCOLARE E PASSARLO SOTTO L'ACQUA FREDDA PER BLOCCARE LA COTTURA. CONDIRE IL FARRO CON UN FILO D'OLIO E IL BASILICO TRITATO. IN UNA PADELLA SALTARE PER QUALCHE MINUTO I CUBETTI DI ZUCCHINE CON UN FILO D'OLIO E.V.O, SALARE E PEPARE. TAGLIARE IL PRIMO SALE A CUBETTI. IN UNA CIOTOLA UNIRE IL FARRO, LE ZUCCHINE E IL PRIMOSALE, FARCIRE I POMODORI CON IL RIPIENO.