



VELLUTATA DI PEPERONE CON RISO

cucinaetorteggiaconvanna.blogspot.it



Ingredienti (per una persona):

1 grosso peperone rosso
1 spicchio d'aglio
1 cucchiaio di olio d'oliva Dante
sale
prezzemolo tritato
origano
pepe
80 g di riso

Preparazione:

Mettere in una padella un trito di aglio, prezzemolo, origano, pepe, sale e olio. Aggiungere il peperone rosso a pezzetti e cuocere a fiamma bassa aggiungendo di tanto in tanto dell'acqua (poca acqua, tanto quanto basta affinché il tutto risulti sempre umido, non secco, ma non annacquato). Continuare la cottura (in tutto 3/4 d'ora), il tutto deve risultare asciutto ma non secco. Spegnerne la fiamma e frullare il tutto. Cuocere in abbondante acqua salata il riso e quando è cotto, scolare e mescolare con la vellutata di peperoni. Ottima, leggera e adatta all'estate.