



### Ingredienti

10 funghi porcini freschi interi (più grandi sono, meglio è)  
pangrattato  
olio d'oliva  
sale  
3 melanzane sbucciate e tagliate a dadini  
2 zucchine genovesi tagliate a dadini  
1 cipolla pelata e affettata  
1 carota pelata e tagliata a dadini  
Parmigiano (o altro formaggio) grattugiato

### Preparazione

In una pentola facciamo scaldare un filo d'olio per buttarci poi sopra la cipolla e tutte le altre verdure che salteremo per qualche minuto e sulle quali aggiungeremo poi 3 bicchieri d'acqua e del sale. Abbasseremo il fuoco e copriremo. Lasciamo cuocere per circa 20 minuti, mescolando di tanto in tanto e verificando che ci sia sempre dell'acqua (e se fosse già assorbita dalle verdure, aggiungiamone dell'altra).

## Funghi ripieni di verdure

Mercoledì 03 Ottobre 2012 00:27 -

---

Laviamo i nostri funghi e priviamoli del gambo, in modo da creare dentro ogni cappuccio una cavità.

Una volta che il sugo di verdure sarà pronto usiamolo per riempire i funghi che copriremo poi con una spolverata di pangrattato e di formaggio grattugiato.

Inforniamoli in una teglia coperta di carta da forno, per 15-20 minuti e, una volta cotti, togliamo la teglia dal forno,

Poi sforniamo, e lasciamo intiepidire prima di servire.

Ecco un secondo leggero (ancora più leggero se non mettiamo il formaggio) non troppo faticoso da preparare, e certamente gustoso e sfizioso.