

## PREPARARE E SVUOTARE I POMODORI

Tra i tanti modi di preparare e gustare i **pomodori** non si può non menzionare la preparazione per i pomodori ripieni. Prima di riempire i vostri pomodori, con il ripieno desiderato, dovrete svuotare la polpa e dai semi che si trovano all'interno.

**Vediamo come procedere:**



1) Lavate i pomodori, quindi asciugateli e tagliateli a circa 2/3 della loro altezza. Tenete da parte la calotta tagliata, con il picciolo attaccato: servirà come guarnizione del pomodoro ripieno.



2) Con l'aiuto di un cucchiaino dai bordi piuttosto sottili, scavate la polpa lungo la circonferenza del pomodoro. A questo punto, prestando molta attenzione a non rompere il pomodoro, estraete tutti i semi e la polpa interna.



3) Salate leggermente l'interno dei pomodori con del sale fino. Poggiate i pomodori a sgocciolare sopra una gratella per circa 30 minuti, con la parte scavata rivolta verso il basso; ponete al di sotto della gratella un piatto affinché raccolga l'acqua di vegetazione che cadrà al di sotto. Trascorsi i 30 minuti i vostri pomodori sono pronti per essere farciti.

Una volta pronti, non vi resterà che riempire i pomodori con ciò che desiderate. Potete consumarli sia crudi, se il ripieno è stato cotto in precedenza, oppure, potete inserire un ripieno crudo, e poi cuocere i vostri pomodori in forno per almeno un'ora alla temperatura di 180°.

