

## Γεμιστά κλασικά και τέλεια μελωμένα

**Μερίδες:** 6 **Χρόνος προετοιμασίας:** 20 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 1 ώρα & 40-50 λεπτά

### Υλικά:

5 ντομάτες

3 πράσινες πιπεριές

2 στρογγυλά κολοκύθια

1 φλάσκα μελιτζάνα

[400 γρ. Ρύζι Καρολίνα ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ](#)

1 ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένο

½ ματσάκι δυόσμο, ψιλοκομμένο

3 κρεμμύδια, ψιλοκομμένα

250 ml ελαιόλαδο

2 μέτριες πατάτες, κομμένες κυδωνάτες

αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

### Υλικά για το σερβίρισμα:

ελαιόλαδο

φυτικό λευκό τυρί ή άλλο λευκό τυρί της επιλογής μας

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- 1) Ξεκινάμε με τα λαχανικά. Με ένα κουτάλι αδειάζουμε τις ντομάτες, τις πιπεριές, τα κολοκυθάκια και τις μελιτζάνες και κρατάμε τα καπάκια στην άκρη. Βάζουμε τα λαχανικά σε ένα ταψί εκτός από μία πιπεριά.
- 2) Πολτοποιούμε το εσωτερικό των λαχανικών (ντομάτα, κολοκύθι, μελιτζάνα) και μία πιπεριά σε επεξεργαστή τροφίμων. Μεταφέρουμε το μείγμα σε μπολ μαζί με το [Ρύζι Καρολίνα ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ](#), τον μαϊντανό, τον δυόσμο, τα κρεμμύδια και το μισό ελαιόλαδο (50 ml) αλατοπιπερώνουμε καλά και ανακατεύουμε
- 3) Αλατίζουμε ελαφρώς τα λαχανικά και τα γεμίζουμε με 1-2 κουταλιές της σούπας γέμιση το καθένα, ανάλογα το μέγεθος τους. Ρίχνουμε στο ταψί την υπόλοιπη γέμιση εδώ κι εκεί, κόβουμε τις πατάτες και τις αραδιάζουμε όπου έχει κενό και περιχύνουμε με το υπόλοιπο ελαιόλαδο.

- 4) Σκεπάζουμε το ταψί με μία λαδόκολλα και μετά με αλουμινόχαρτο και ψήνουμε για 40 λεπτά σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C στις αντιστάσεις. Βγάζουμε το αλουμινόχαρτο και ψήνουμε για 1 ώρα ακόμα μέχρι να μελώσουν τα γεμιστά.
- 5) Σερβίρουμε με λίγο ωμό ελαιόλαδο και λίγο λευκό τυρί της επιλογής μας.