



RECETAS

Digitales

Fiesta  *de la*
EMPANADA
Digital



Índice

LAS 5 EMPANADAS MÁS CONSUMIDAS EN LA CIUDAD

MASA PARA EMPANADAS CRIOLLAS PAG 1

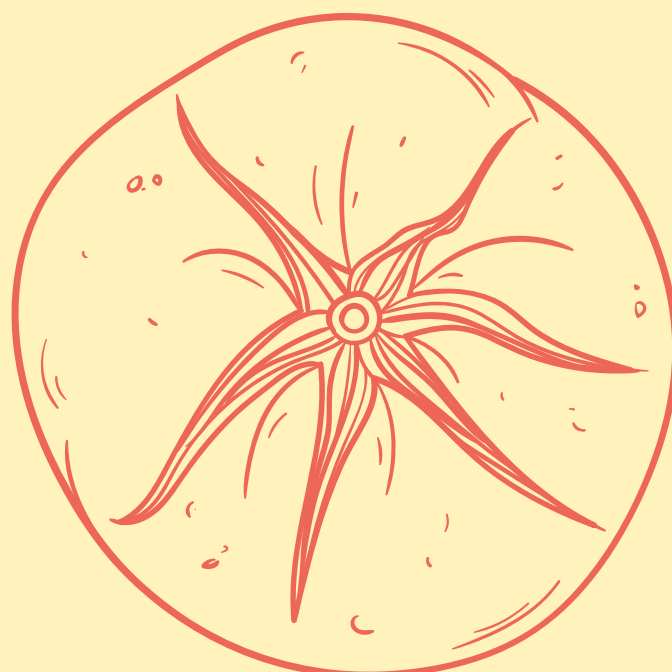
EMPANADAS DE CARNE CORTADA A CUCHILLO PAG 3

EMPANADAS DE HUMITA PAG 5

EMPANADAS DE POLLO Y SALSA BLANCA PAG 7

EMPANADAS DE JAMÓN Y QUESO PAG 10

EMPANADAS DE VERDURA PAG 12



MASA PARA EMPANADAS CRIOLLAS



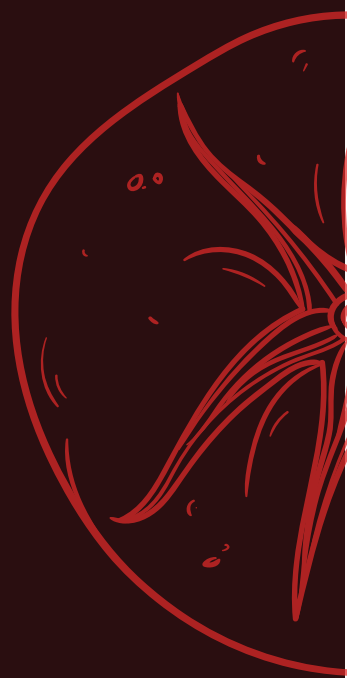
INGREDIENTES

HARINA 500 GR

MARGARINA O GRASA 100 GR

SAL 10-15 GR

AGUA 190-200 GR



#BACapital
Gastronómica

PÁGINA 1



PREPARACIÓN

Formar una corona con la harina tamizada y la sal.

Incorporar el agua en el centro de la corona y mezclar con un cornet. Incorporar la materia grasa, amasar durante aproximadamente 15 minutos hasta lograr una masa homogénea y lisa.

Cubrir y conservar en heladera por 20 minutos.

Retirar la masa de la heladera y estirar con palote hasta lograr un espesor de 3 mm.

Formar las tapas con cortantes circulares de 12 cm de diámetro.

Colocar en una bandeja de a 12 las tapas enharinadas, cubrir y conservar en heladera hasta antes de utilizarlas.



CARNE CORTADA A CUCHILLO



INGREDIENTES

CARNE*: 500 GR

CEBOLLA BLANCA: 500GR

CEBOLLA DE VERDEO: 50GR

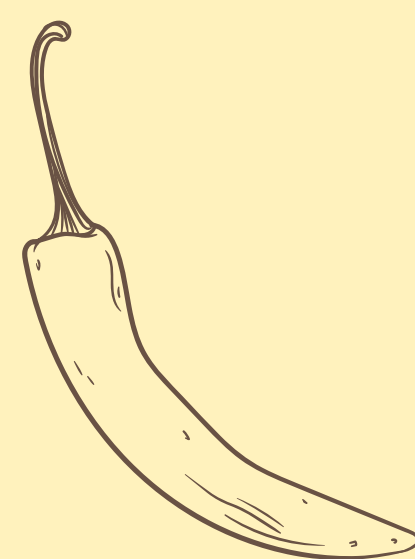
MORRONES: 100 GR

GRASA: 75 GR

HUEVOS: 4 UNIDADES

CALDO DE VERDURA: C/N

CONDIMENTOS**:C/N



***CARNE:** SE PUEDEN USAR DISTINTOS CORTE DE CARNE. LOS MÁS USADOS SON ROAST BEEF, PALETA, BOLA DE LOMO, CUADRADA, TAPA DE NALGA O NALGA. EN ALGUNOS CASOS TAMBIÉN SE USA LOMO.

****CONDIMENTOS:** ORÉGANO, AJÍ MOLIDO, PIMENTÓN, SAL, COMINO, LAUREL, AJO, PIMIENTA, AZÚCAR.

**#BACapital
Gastronómica**

PÁGINA 3





PREPARACIÓN

Cortar la carne en cubos. Cortar las cebollas y los morrones en cubos pequeños.

Derretir la grasa en una olla y agregar los morrones hasta que se ablanden un poco, por 5 minutos aproximadamente.

Incorporar la cebolla y un poco de sal y dejar cocinar hasta que se transparenten.

Agregar los condimentos, la carne y seguir cocinando hasta que la carne esté cocida.

Verter el caldo y la cebolla de verdeo cortada. Retirar del fuego y agregar los huevos duros picados.

Colocar el relleno en una placa o bandeja amplia para que se enfríe más rápido.

Cuando el relleno esté frío, rellenar las empanadas.

Distribuir las empanadas en una bandeja dejando espacio suficiente para que se cocinen en forma pareja, si se les quiere dar un color más parejo, pintarlas con huevo.

Cocinar en horno a 200-220 grados hasta que estén doradas. También se pueden freír a 170- 180 grados.



HUMITA



INGREDIENTES

CEBOLLA: 75 GR

MORRÓN: 25 GR

ZAPALLO: 100 GR

CHOCLO AMARILLO EN GRANOS: 125 GR

CHOCLO BLANCO CREMOSO: 100 GR

LECHE: 250 CC

MANTECA: 25GR

HARINA: 375GR

QUESO BLANDO*: 75 GR

CONDIMENTOS**: C/N

*QUESO BLANDO: PORT SALUT, CUARTIROLO, QUESO FRESCO

**CONDIMENTOS: SAL, PIMIENTA, AZÚCAR.



#BACapital
Gastronómica

PÁGINA 5



PREPARACIÓN

Cortar las cebollas y los morrones en cubos chicos, pelar y rallar el zapallo y procesar los choclos.



En una cacerola, derretir la manteca y cocinar a fuego bajo la cebolla y el morrón hasta que quede transparente la cebolla.



Agregar el zapallo rallado y seguir cocinando hasta que el zapallo esté blando.

Agregar los choclos procesados, seguir cocinando unos minutos, añadir la harina y mezclar bien.

Agregar la leche y continuar la cocción hasta que tome buen cuerpo. Retirar del fuego, condimentar y dejar enfriar.

Rellenar las empanadas y agregar un dadito de queso a cada una antes de cerrarlas.

Cocinar en horno a 200-220 grados hasta que estén doradas.

POLLO Y SALSA BLANCA

INGREDIENTES

PECHUGA DE POLLO HERVIDA: 600 GR

CEBOLLA BLANCA: 400 GR

MORRÓN AMARILLO: 150 GR

SALSA BLANCA: 250 GR

CONDIMENTOS*: C/N

*SAL, PIMIENTA, CURRY.

SALSA BLANCA:

LECHE: 250 GR

HARINA: 20GR

MANTECA: 20GR

SAL, PIMIENTA NUEZ MOSCADA: C/N

CONDIMENTOS**: C/N

#BACapital
Gastronómica



PREPARACIÓN

SALSA BLANCA:

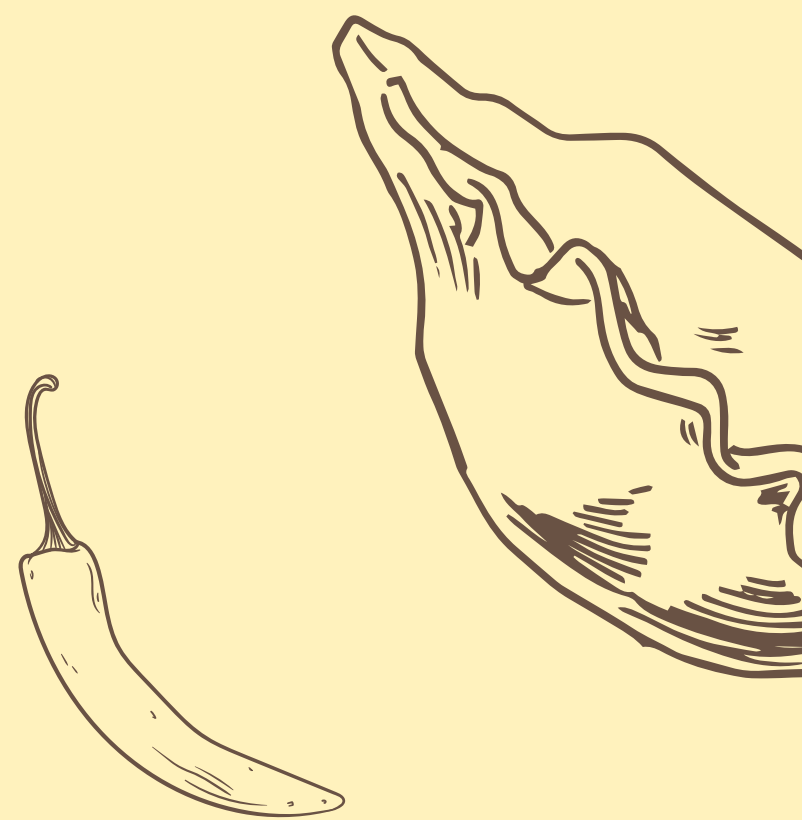
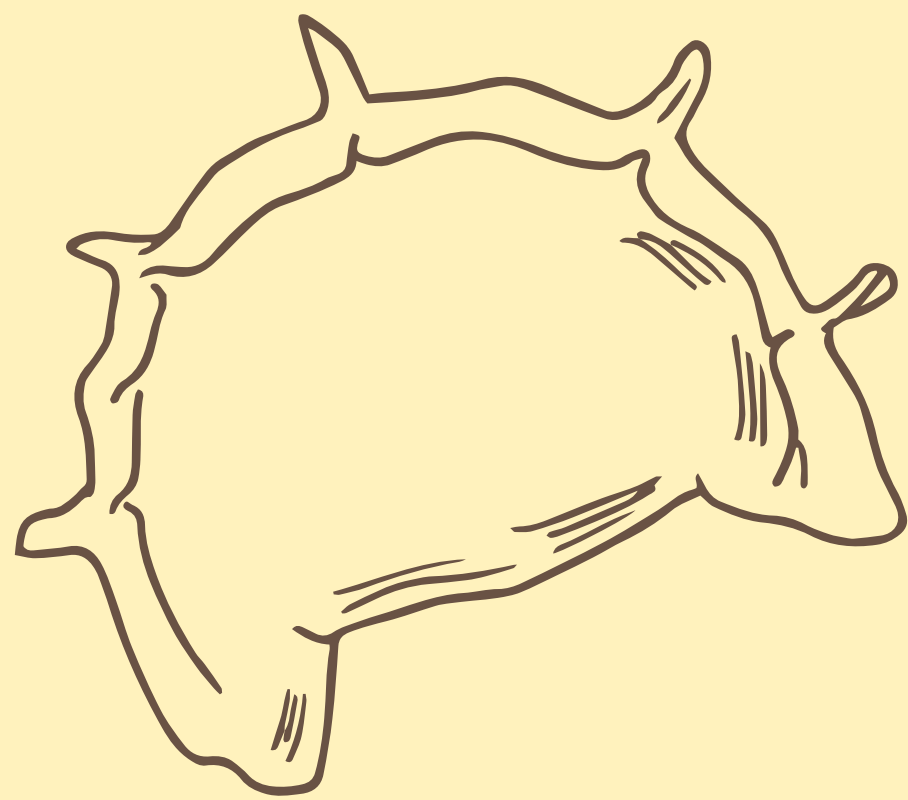
Hacer un roux* con la manteca y la harina y cocinar unos minutos.

Retirar del fuego y agregar la leche tibia, mezclar hasta que se integre bien, llevar nuevamente al fuego y cocinar hasta que espese.

Agregar la sal, la pimienta y la nuez moscada.

Retirar del fuego, cubrir con un film y dejar enfriar antes de utilizarla.

*Mezcla de harina y grasa que se utiliza como espesante de salsas. Se derrite la manteca y se agrega la harina. Una vez estén bien incorporados estos dos ingredientes, se agrega la leche. Si la preparación queda con grumos, se puede colar antes de Reservar.





PREPARACIÓN

RELLENO DE POLLO Y SALSA BLANCA

Hervir el pollo en una cacerola con agua, sal y hojas de laurel.

Una vez cocido retirar, dejar enfriar y cortar en trozos pequeños. Reservar.

Cortar las cebollas y los morrones en cubos pequeños y cocinarlos en una cacerola con un poco de aceite o manteca hasta que las cebollas comiencen a dorar.

Agregar el pollo picado, los condimentos y mezclar.

Retirar del fuego y agregar la salsa blanca. Mezclar bien y dejar enfriar.

Cuando el relleno esté frío, rellenar las empanadas.

Distribuir las empanadas en una placa y llevar a horno a unos 200-220 grados hasta que se doren en forma pareja. Si se les quiere dar un color más parejo, pintarlas con huevo.

JAMON Y QUESO



INGREDIENTES

RINDE PARA 22 RELLENOS DE EMPANADAS APROX.

JAMÓN COCIDO EN FETAS: 220GR

MOZZARELLA O PORT SALUT: 800 GR



PREPARACIÓN

Cortar la mozzarella en cubos.
Envolver los cubos con media feta de jamón cocido.

Rellenar las empanadas y distribuir en una bandeja.

Llevar al piso del horno, bien caliente, a unos 250 grados, cocinar hasta que empiecen a tomar piso.

Llevar a la parrilla superior del horno y continuar la cocción hasta que se cocinen completamente.



VERDURA



INGREDIENTES

ESPINACA O ACELGA BLANQUEADA: 500 GR

CEBOLLA BLANCA: 150 GR

MORRÓN ROJO: 100 GR

QUESO RALLADO: 150 GR

SALSA BLANCA: 200 GR

CONDIMENTOS*:C/N

SALSA BLANCA:

LECHE: 250 GR

HARINA: 20GR

MANTECA: 20GR

SAL, PIMIENTA NUEZ MOSCADA:C/N

**#BACapital
Gastronómica**



PREPARACIÓN

Blanquear las espinacas o acelgas, escurrirlas y picarlas.

Cortar las cebollas y los morrones en cubos pequeños.

Cocinarlos en una cacerola con aceite.

Agregar la espinaca, el queso rallado, los condimentos y la salsa blanca.

Mezclar bien hasta integrar. (Se puede agregar algún queso blando).

Retirar del fuego y dejar enfriar.

Armar las empanadas y llevar a horno a 220 grados hasta que se doren.

