

Libreta: Recetas tradicionales

Creado: 13/04/2018 11:57

Actualizado: 13/04/2018 12:05

URLOrigen: <http://www.tranbel.com/empanada.html>

Empanadas

INGREDIENTES

PARA LA MASA:

4 huevos,
1 litro de leche,
sal,
levadura,
medio vasito de aceite de oliva, mantequilla derretida
y harina hasta que la masa se haga bien y se desprenda de las manos.

PARA EL RELLENO:

1.- De Congrio

2 1/2 kg. de congrio en filetes sin espinas
1 kg. de cebollas
2 pimientos morrones rojos
Aceite de oliva
2 papeles de azafrán
Sal

2.- De Bacalao y Pasas:

2 cebollas,
4 pimientos rojos,
Tomate frito
Bacalao en migas desalado.
Un puñado de pasas de Corinto sin pepitas

3.- De chipirones:

1 y 1/2 kg. de chipirones
6 cebollas
4 pimientos verdes o rojos
2 papeles de azafrán
Aceite de oliva

4.- De pulpo:

1 y 1/2 kilos de pulpo cocido.
3 Cebollas
2 dientes de ajo
2 pimientos verdes
1 pimiento rojo
1 cucharada de pimentón dulce
1/2 cucharilla de pimentón picante

PREPARACIÓN

MASA:

En un recipiente se mezcla le leche, el agua, le levadura, la mantequilla y la sal. Luego se añade la harina y los huevos y se amasa bien; al estar bien trabajada le masa se deja levedar 20 minutos, tapándola con un paño.

Se parte la masa en dos mitades iguales y se estira, colocándola una placa de masa untada de mantequilla encima de la fuente de hornear. Luego se echa el relleno. Se cubre con la segunda placa de masa cerrando bien los bordes de la empanada.

Decorar con unas tiras de la masa al gusto (formando triángulos, letras o figuras)

Hacerle unos cortes pequeñitos para que respire y se haga por dentro, untar toda la empanada con huevo batido y meterla en el horno 15 o 20 minutos hasta que coja un color doradito y a comer...

RELLENO:

1.- De Congrio:

En una sartén se pone el aceite e calentar y freímos la cebolla y el pimiento cortados en daditos y lo ponemos encima de la placa de masa inferior, después ponemos los filetes de congrio en crudo espolvoreado con azafrán por encima.

2.- De Bacalao y Pasas:

Sofreír primero la cebolla y el pimiento bien picados, a continuación añadir el bacalao y las pasas y seguimos el sofrito un par de minutos, por último añadimos el tomate frito.

3.- De chipirones:

En una sartén sofreír la cebolla y pimientos picados.

Limpiar los chipirones y añadirlos enteros al sofrito anterior junto con el azafrán y sal; al estar bien dorado se retiran.

4.- De pulpo:

Después de mizado y cocido el pulpo se corta en trozos pequeños.

En una sartén se ponen a estofar la cebolla y los pimientos muy picados, se le agregan luego los ajos machacados en el mortero con la sal. Cuando todo esté tierno se le añade el pimentón, se le da unas vueltas y luego se echa el pulpo. Se deja enfriar Las cantidades de harina que se dan para las masas de las empanadas son orientadoras, pues depende mucho de la calidad de la harina y del resto de los ingredientes. Debe echárseles la que admitan.

Nota

La masa para empanadas pueden hacerse en cantidad, para varias veces, pues se conserva perfectamente en el congelador, si la envolvemos en papel de aluminio o la metemos en una bolsa de plástico. Para trabajarla hay que dejarla descongelar a temperatura ambiente.

Queda como recién hecha. Si no se encuentra un lugar templado para poner a leudar la masa que lleva levadura prensada, puede encenderse el horno al mínimo, cuando esté caldeado meter la masa cubierta por un paño, apagar el horno y esperar a que suba. Mientras se prepara el plato se vuelve a encender y cuando tenga la temperatura adecuada se mete la empanada.

Para que la masa de empanada tenga bonito color, basta con humedecerla una vez estirada, y en la parte que va a estar en contacto con el relleno, con agua en la que se ha disuelto un paquete de azafrán. Se mojan las manos y se colocan sobre la masa o se pinta con un pincel. Cuando las empanadas se hacen con masa corriente o de pan, conviene guardar una taza (le la grasa del rustrido, y cuando están a media cocción se le echa por el agujero del centro, y se mueve la empanada hacia los cuatro lados para que se impregne bien de grasa la capa superior. Por último, se pinta con un poco de grasa. A estas empanadas no hace falta echarles el huevo batido por encima. Y hay que tener en cuenta que la masa debe estirarse mucho para que resulten finas y jugosas.

Las empanadas pueden prepararse sobre papel untado de grasa: manteca, aceite, etc., sobre latas o en la misma placa del horno engrasada y enharinada. Cocidas en horno de leña tienen más sabor. En horno de gas se colocan primero en la parte baja y cuando ya está casi cocida se enciende el grill para que se dore por encima. En Galicia era costumbre en las casas particulares el levantarle la tapa a la empanada antes de servirla, para que se viera su contenido, e incluso los comensales elegían masa del fondo o de la tapadera según los gustos. Hoy se ha adoptado la costumbre de tabernas y bares de servirla tapada y troceada. De todas formas, a las empanadas y los pastelones de liebre, lamprea o anguila, aunque se presentan tapados, siempre se levanta la tapadera en la mesa para servirlos.