



Empanadas

Ingredientes

(para 4 personas)

- 1/2 Tazas de Harina Diana
- 2 Tazas de agua
- 1/2 Cucharadas de aceite Diana con Vitaminas
- Color
- 1 Cucharadita de sal
- 3 Cucharadas de fécula de maíz
- Panela molida
- 2 Tallos de cebolla larga picada
- 1 Diente de ajo picado
- 2 Tomates picados
- 1/2 Cucharadas de vinagre
- 2 Papas en cuadritos cocinadas
- Pimienta
- 1/2 Tazas de queso parmesano
- 1/2 Tazas de carne desmechada
- 1/2 Tazas de pollo desmechado
- 2/2 Cucharadas de aceite Diana con Vitaminas



Preparación

- Mezcla la harina Diana con el agua, la fécula de maíz, sal y 3 cucharadas de aceite Diana con Vitaminas
 - Amasa bien y deja reposar 5 minutos
 - Para las empanadas de queso agrega la panela e integra
 - Para las de pollo y carne agrega el color y amasa
 - Deja reposar 10 minutos
 - En un sartén, calienta 2/2 Tazas de aceite Diana con Vitaminas y sofríe la cebolla
 - Agrega el tomate y el ajo
 - Condimenta con sal, pimienta y vinagre
 - Agrega la papa cocida y tritúrala un poco
 - Divide la preparación y añade el pollo desmechado y la carne y mezcla bien
 - Toma una opción de masa y has una bolita
 - Aplánala con ayuda de una tabla y cola una cucharada de relleno en la mitad
 - Dobla por la mitad y ciérrala presionando con un tenedor
 - Repite la acción con otras
 - Rellena con pollo y carne
 - En abundante aceite Diana con Vitaminas bien caliente fríe las empanadas por tandas hasta que estén crocantes
 - Sirve con cascotes de limón, ají casero o guacamole
- Disfruta

Inspírate todos los días.

Encuentra cientos de recetas que tenemos para ti.