Para hoy ¡Una empanada argentina!

La empanada argentina es el abreboca más ubicuo del país sureño. Con 25 provincias, en cada lugar la preparan a la manera transmitida de generación en generación. Puede degustarse en dos formas: al horno o frita. La diferencia yace en la calidad de la grasa que se usa en la masa. Mientras para el horno se recomienda el uso de grasa vegetal, las fritas requieren de una masa con grasa que puede ser de cerdo o de vaca. La siguiente es una receta básica, escrita para quienes deseen probarla al horno.

Empanada argentina

Ingredientes

Para el relleno

1 Kg de carne de res molida doblemente o picada para tartar

1 papa mediana cortada en dados pequeños

3 cebollas de verdeo o cebollín

1/2 pimentón rojo

1 cebolla mediana o pequeña

1 huevo hervido duro (7 minutos)

8 aceitunas verdes

1/2 taza de uvas pasas

1/2 cucharadita de comino

1 cubito de pollo o caldo de pollo

1/2 cucharadita de pimienta negra

1/2 cucharadita de paprika picante

Para la masa

3/4 de taza de grasa vegetal o de cochino o en su defecto aceite

2 3/4 tazas de harina de trigo todo uso

2 cucharaditas de sal

1 pizca de paprika

Preparación de la masa

Calentamos el agua y la grasa en una cazuela hasta que la última se disuelva bien. Reservamos y mantenemos tibio. Tomamos la harina y hacemos un volcán sobre la mesa, abriendo un hoyo en el medio. Agregar paprika. Incorporamos el agua con grasa poco a poco y con los dedos vamos trabajando la harina para que se mezclen. A continuación amasamos hasta lograr una masa homogénea y aceitosa. Conseguido esto envolvemos con papel plástico o film y dejamos descansar en la nevera unas dos horas.

Preparación del relleno

Calentamos el aceite en una sartén lo suficientemente grande. Incorporamos la carne y dejamos sofreír hasta que quede dorada. Incorporamos la cebolla, el pimentón, el cubito de pollo, la paprika, el comino y la pimienta picante. Cocinamos a fuego medio bajo dejando que el sofrito se vaya caramelizando e incorporando todos sus aromas. Agregamos agua para cubrir y dejamos que se cocine hasta que se evapore. Transferimos a un bol y dejamos enfriar. Agregamos las uvas pasas, la papa ya cocinada, las aceitunas, el cebollín picado muy fino y el huevo cocinado, pelado y troceado.

Permitan que la mezcla del relleno enfríe por una o dos horas. Los jugos la van a solidificar, al tiempo que será mas fácil manipularla, así ganarán en lo jugoso de la empanada. La sazón y el relleno varían, dependiendo de la receta. En algunas regiones se agrega orégano. Salidas de sus fronteras, en España, por ejemplo, se añade algo de pimentón ahumado, influenciados por la sazón de la empanada gallega. En cuanto al relleno, las uvas pasas no son del gusto de todos, pero como debe lograrse un toque de dulzor se ha de dejar caramelizar la cebolla por más tiempo y a fuego lento, o agregarle una pizca de azúcar.

Preparación de las empanadas

Precalentamos el horno a 400ºF.

Cocemos los huevos en un cazo con abundante agua y sal durante ocho minutos. Se pelan y se trocean.

Tomamos la masa y con las manos vamos arrancando gajos para hacer unas 12 bolas del tamaño de una pelota de golf.

Esparcimos harina sobre un mesón y con el rodillo estiramos para crear círculos de aproximadamente 15 cm de diámetro. En el medio

ponemos una cucharada del relleno.

Pasamos por la mitad del borde el dedo con agua y cerramos sobre ella, como para formar una media luna.

Para sellar la empanada tenemos dos maneras. La primera es con un tenedor y consiste en sellar el borde repujando con los dientes. La segunda es el repulgo. Este procedimiento consiste en darle al borde de la empanada un aspecto de «cuerda «. Para ello, después de haber cerrado la media luna, se pellizca desde el borde con el dedo pulgar y el índice y se pliega sobre sí mismo. Esta operación se repite a lo largo del borde hasta sellarlo completamente.

Se colocan las empanadas sobre una bandeja previamente engrasada. Se lleva al horno de 15 a 20 minutos o hasta que doren.

Por Cocina y Vino