EMPANADA GALLEGA

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Noelia Montoya **Recetizador:** Maria Zito



Tiempo: + de 2 horas
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Entrante
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Muy económico

Descripción:

ESPECTACULAR

Ingredientes para 10 personas :

- 1 K de HARINA DE FUERZA
- 175 ML de ACEITE DEL SOFRITO
- 125 ML. de VINO BLANCO
- 1 PIZCA de PIMENTÓN DULCE
- 175 ML de AGUA TEMPLADA
- SAL
- 30 GR. de LEVADURA FRESCA
- 200 ML. de ACEITE DE OLIVA
- 2 CEBOLLAS GRANDES
- 2 PIMIENTOS VERDES
- 1 PIMIENTO ROJO
- 500 GR. de BONITO EN CONSERVA
- 250 GR. de SALSA DE TOMATE
- 1 HUEVO
- 1 CUCHARADA de LECHE

Preparación:

Paso 1

PARA EL RELLENO: *Comenzaremos haciendo el sofrito, para ello picamos la cebolla en juliana y los pimientos en trozos menudos. En una cazuela ponemos el aceite a calentar y cuando esté caliente echamos las hortalizas dejándolas pochar durante veinte minutos a fuego medio con cuidado de que no se tuesten, deben de quedar transparentes y blandas. Escurrimos el aceite del sofrito a un recipiente, dejándolo enfriar. Este se usará para elaborar la masa posteriormente. Añadimos el tomate, si es salsa ya preparada lo dejamos cocinar unos tres o cuatro minutos. Añadimos el bonito bien escurrido de su aceite y reservamos hasta que se enfríe.*

Paso 2

PARA LA MASA: *En un bol añadir la harina, el pimentón, desmenuzar la levadura en un lado hasta hacerla migas no hace falta disolverla en agua, y echar en el lado contrario del bol la sal. Añadimos el aceite del sofrito frío así como ¾ partes del agua que debe de estar tibia o a temperatura ambiente y el vino. Mezclar con un cucharón hasta juntar los ingredientes para que se vaya formando una masa, a la que rectificaremos de agua si lo vemos necesario. Volcar a una encimera enharinada ligeramente, e ir amasando con las manos, hacer este*

proceso de amasado durante diez o quince minutos hasta lograr una masa con la textura aproximada a la masa de pizza o pan. (Si es necesario añadir más harina). Formar una bola y colocarla en un bol enharinado y tapada con un paño en un lugar templado durante una hora, hasta que doble aproximadamente su volumen.

Paso 3

Precalentamos el horno a 180 grados con calor arriba y abajo. Una vez pasado el tiempo volverla a la encimera y apretarla ligeramente con los nudillos para desgasificar. Dividiremos la masa en dos partes, las boleamos de nuevo, las dejamos reposar cinco minutos para que pierdan la fuerza y las estiraremos en dos rectángulos, uno ligeramente más grande que el otro. Colocamos una de las partes encima de una bandeja de horno con papel sulfurizado. Repartimos el relleno por esta base, tapamos con la otra parte y sellamos los bordes haciendo una especie de doblez, que podemos aplastar con un tenedor para que quede más segura. Con unas tijeras de cocina abrimos un agujero en el centro que valga de chimenea y le pintamos la superficie con huevo batido y la leche. Horneamos durante cuarenta y cinco minutos o hasta que la veamos dorada.