

Empanada gallega

Tipo de plato: Entrantes | Procedencia: Mesacamilla | Tiempo: 0 minutos | Dificultad:

INGREDIENTES

0

Aceite oliva

Sal marina

2 lata/s Pimiento morrón - grandes

Pimentón (Paprika)

Perejil

1,50 sobre/s Levadura

1 Huevos - batido

600 gr Harina integral

6 Cebollas - grandes bien picaditas

Azafrán

2 Ajos - picaditos

Agua - hervida con una pizca de sal marina

1,50 lata/s Seitán

ELABORACIÓN

Se pochá la cebolla en aceite suficiente. Cuando esté bien pochadita, se le añade una cucharadita (de postre) de pimentón, unas hebras de azafrán, una pizca de sal y unas ramitas de perejil picadito. Se le da unas vueltas y una vez hecha se pone a escurrir en un colador, conservando el aceite con el juguito de cocinarla. Se deja enfriar.

Para la masa. Se hace un volcán con la harina y la levadura tamizadas (o bien mezcladas) y se va echando el jugo de la cebolla y el agua hervida (ya tibia) poco a poco (un poco más de agua que del jugo), mezclando bien hasta que se pueda amasar fuertemente con las dos manos y conseguir una masa homogénea. Se hace una bola con la masa y se envuelve en un paño blanco de algodón y se deja reposar más o menos una hora. Mientras reposa, se corta el seitán en lonchas finitas y se dora ligeramente con un poquito de aceite y el ajo y se reserva.

Se forra una bandeja de horno con papel de aluminio (no hace falta engrasar ni nada). Espolvorear el mármol con un poco de harina y coger poco menos de la mitad de la masa y estirla con el rodillo (sirve una botella) hasta que quede una base fina. Levantarla sin miedo de una vez y ponerla en la bandeja (debe sobrar un poquito por los cuatro lados). Colocar la cebolla bien repartida, encima el seitán y encima los pimientos cortados en tiras anchas (poner en el centro de la empanada un trozo ancho de pimiento).

Se repite la operación con más o menos la misma cantidad de masa que la anterior y se coloca esta masa tapando la empanada. Cerrar los bordes uno con otro con un movimiento como en enroscar y hacer un agujero en el centro de la masa superior (donde pusiste el pimiento ancho). Adorna el borde del agujero y la empanada con los restos de la masa y pincha la empanada muchas veces con un tenedor (los bordes también). Esto es muy importante, porque si no la pinchas lo suficiente se hinchará.

Por último, moja una gasa (o con la mano misma) en el huevo batido y pinta la empanada por toda la superficie. Métela al horno precalentado a 210°C y deja hacer

Empanada gallega - 2

hasta que se vea bien doradita.

Nota:

Conserva el huevo batido y la gasa hasta que saques la empanada del horno, así si ha quedado alguna parte sin brillo, puedes ponerle el huevo en este mismo momento y quedará perfecta.

Os aseguro que está de vicio, y es gallega de generaciones atrás ¿eh?
Ferrolana, para más datos.