PAPAS RELLENAS

SIN GLUTEN

REGIÓN PATAGONIA

INGREDIENTES:

(RINDE 4 PORCIONES)

600 GR DE PAPAS

1 HUEVO

1 CDA DE ACEITE

140 GR DE FÉCULA DE PAPA

150 GR DE CEBOLLA

AJO, MORRÓN Y ZANAHORIA RALLADA A GUSTO

150 GR DE CARNE DE CORDERO (U OTRA)

O LA MISMA CANTIDAD DE LEGUMBRES

COCIDAS A ELECCIÓN

CONDIMENTOS A GUSTO

PREPARACIÓN:

- Cocinar las papas preferentemente al horno o al vapor para que queden con poco líquido. Dejar enfriar y hacer un puré. Agregar el huevo batido, condimentar y mezclar bien. Agregar fécula de a poco y formar una masa tierna y suave ,como la usada para ñoquis, pero que no se pegue.

Para el relleno:

- Saltear los vegetales hasta que transparente la cebolla, agregar la carne picada a cuchillo y condimentar. Puede sumarse al relleno vegetales a gusto.
- Cocinar el relleno unos minutos más. En el caso de optar por legumbres, pueden elegir porotos o lentejas en paquete. Se remojan previamente durante al menos 8 horas y se hierven hasta que estén bien tiernas. Luego pueden incorporar al relleno. Si utilizan legumbres enlatadas, escurrirlas bien.

Para el armado de las papas:

- Tomar una porción de la masa y extenderla en la palma de la mano, agregar unas cucharadas de relleno y cerrar la masa. Se puede utilizar un molde para muffins. Llevar al horno hasta que estén cocidas.
- El tamaño es a elección, se hacen a veces ovaladas y similares a una empanada, pero en casa optamos por formatos más pequeños para compartir con niños y en “picadas”.