

Receta de Masa para Empanadas

Esta masa versátil es perfecta para hacer empanadas crujientes si se fríen o doradas y suaves si se hornean. La masa es mantecosa, tierna y fácil de manejar.

Ingredientes (Rinde 10-12 empanadas)

- 2 tazas de harina de trigo
- ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de polvo de hornear
- 4 cucharadas de mantequilla fría (en cubos)
- 1 huevo
- ⅓ taza de agua fría (ajustar según sea necesario)
- ½ cucharadita de vinagre blanco

Instrucciones

1. Preparar la Masa

1. En un tazón grande, mezclar la harina, la sal y el polvo de hornear.
2. Agregar la mantequilla fría en cubos y mezclar con los dedos o un cortador de masa hasta obtener una textura arenosa.
3. Batir el huevo e incorporarlo a la mezcla de harina.
4. Añadir gradualmente el agua fría y el vinagre, mezclando hasta formar una masa homogénea.
5. Transferir la masa a una superficie ligeramente enharinada y amasar durante **2-3 minutos** hasta que esté suave y elástica.
6. Envolver la masa en plástico y refrigerar por **al menos 30 minutos**.

2. Después de Refrigerar – Estirar y Cortar

1. Sacar la masa del refrigerador y dejar reposar a temperatura ambiente **5 minutos** para que se ablande ligeramente.
2. En una superficie enharinada, estirar la masa hasta que tenga **un grosor de ⅛ de pulgada**.
3. Usar un **cortador redondo de 4-5 pulgadas** (o un bol boca abajo) para cortar los círculos.
4. Apilar los discos de masa entre hojas de papel pergamino para evitar que se peguen.

3. Ideas para Rellenos

Esta masa es perfecta para empanadas tanto saladas como dulces. Aquí tienes algunas ideas:

✅ Rellenos Salados:

- **Clásico de Carne:** Carne molida salteada con cebolla, ajo, comino y pimentón.
- **Espinaca y Queso:** Espinacas salteadas con ricotta y mozzarella.
- **Pollo y Queso:** Pollo desmenuzado con queso crema y Monterey Jack.
- **Champiñones y Queso:** Champiñones salteados con queso Gruyère o de cabra.

🍯 Rellenos Dulces:

- **Dulce de Leche:** Para un centro pegajoso y delicioso.
- **Guayaba y Queso:** Pasta de guayaba con queso crema para un toque tropical.
- **Manzana y Canela:** Manzanas en cubitos con canela y azúcar morena.

4. Instrucciones de Cocción

🔥 Opción 1: Freír (Crocantes y Doradas)

1. Calentar aceite a **350°F (175°C)** en una sartén profunda.
2. Freír las empanadas en tandas por **3-4 minutos por cada lado**, hasta que estén doradas.
3. Escurrir sobre papel absorbente antes de servir.

🔥 Opción 2: Hornear (Más Saludables y Igualmente Deliciosas)

1. Precalentar el horno a **375°F (190°C)**.
2. Colocar las empanadas en una **bandeja con papel pergamino**.
3. Barnizar con **huevo batido** para obtener un acabado dorado.
4. Hornear por **20-25 minutos**, hasta que estén doradas.

Consejos para unas Empanadas Perfectas

- ✓ Mantén la masa **fría**—es más fácil de manejar.
- ✓ No sobrecargues el relleno—evita que se abran al cocinar.
- ✓ Sella bien los bordes—usa un tenedor o haz un repulgue decorativo.
- ✓ Deja enfriar un poco antes de comer—el relleno estará muy caliente.

¡Disfruta de tus empanadas caseras! 🥟 ✨

©TheFrugalChef2025