



Empanadas de carne

Cortada a cuchillo



A disfrutar con un vino malbec argentino (todos son excelentes).
アルゼンチンの美味しい赤ワイン、マルベックと一緒に楽しみください。



Gracias a la Embajada de la República Argentina en Japón quienes nos formularon esta gran propuesta, hacemos un viaje imaginario por la bella hermana República Argentina a través de su deliciosa gastronomía.



RELLENO

INGREDIENTES:

- 1 Kg. de ojo de bife argentino (rib eye, bife de chorizo)
- 1 Kg. de cebollas blancas
- 1 morrón rojo (pimiento)
- 6 huevos
- 1 atado de cebolla de verdeo (poro, puerro, porro, ajo porro, ajoporro, cebolla larga)
- 3 cucharadas de pimentón (paprika)
- 1 cucharada de orégano
- 2 cucharadas de sal
- Pimienta negra al gusto

PREPARACIÓN:

Cortamos la carne en cubos pequeños y reservamos para utilizar luego. Cortamos las cebollas y el morrón en cubitos pequeños (corte brunnoise) y cocinamos en olla con un chorro de aceite hasta transparentar. Agregamos la carne, removemos y tapamos. Cocinamos por 30 minutos de esta forma a fuego bajo, una vez pasado este tiempo condimentamos y cocinamos por 15 minutos más. Luego, con el fuego apagado le agregamos la cebolla de verdeo picada muy fina y los huevos duros picados, dejar enfriar.

MASA

INGREDIENTES:

- 1 Kg de harina
- 250 gr de margarina (blanda)
- 1 huevo
- 400 cm³ de agua
- 1 cucharada de sal

PREPARACIÓN:

En un bowl mezclamos todos los ingredientes y amasamos hasta unir, envolvemos la masa en un film o bolsa y llevamos a la heladera por 30 minutos. Luego estiramos la masa con palote de madera y cortamos con cortante redondo de la medida que usted quiera sus empanadas (Claudio Olmos, el chef de la Embajada de Argentina en Japón usa moldes de 6 centímetros de diámetro).

Armamos las empanadas y en horno precalentado a 180 grados introducimos las empanadas previamente pintadas con huevos. Cocinamos por 20 minutos, también quedan muy bien fritas en aceite.

A disfrutar con un vino malbec argentino (todos son excelentes).

Los invitamos a seguirnos en nuestras redes:



Sitio web: www.ejapo.cancilleria.gob.ar



Instagram: @embajadaargentinaenjapon



Facebook: www.facebook.com/ArgJapon



YouTube: Embajada Argentina en Japón

このレシピでは牛のひき肉ではなく、リブロースをナイフで細かく刻んで使用します。ひと手間かけることで、肉の美味しさが引き立ちますので、是非挑戦してみてください。

エンパナーダの具 (材料)

■ アルゼンチン産牛リブロース (ribeye)	1Kg
■ 玉ねぎ	1Kg
■ 赤ピーマン (パプリカ)	1個
■ 卵	6個
■ 長ネギ	1束
■ パプリカ	大3
■ オレガノ	大1
■ 塩	大2
■ ブラックペッパー	お好みで

作り方

1. 具材の下ごしらえをします。
 - * 牛肉は細かな角切り。
 - * 玉ねぎとパプリカは粗みじん (ブリュノワーズ) に切る。
 - * 青ねぎ 細かく刻む。
 - * 卵はゆで卵にして、刻む。
2. 鍋に少量の油を入れて玉ねぎとパプリカを炒める。玉ねぎが透明になったら、肉を加える。全体がよく混ざったら、蓋をして弱火で30分煮込む。調味料を加えて味を調べ、さらに15分煮込む。
3. 火を止め、細かく刻んだ青ねぎと刻んだゆで卵を加え、そのまま冷ます。

エンパナーダの生地 (材料)

■ 小麦粉	1Kg
■ マーガリン (ソフト)	250g
■ 卵	1個
■ 水	400CC
■ 塩	大1

作り方

1. 材料をすべてボウルに入れて、生地がまとまるまでこねます。
2. 生地がひと塊になったら、ラップやポリ袋に包んで冷蔵庫で30分ほど寝かせます。
3. めん棒で生地を伸ばし、生地を円形にくり抜きます。(エンパナーダの大きさはお好みで。今回は直径6cmのセルクルを使用しています。)
4. 具材を生地で包みます。生地に具材をのせて、餃子を包むように縁をねじって閉じます。
5. 表面に刷毛で溶き卵を塗ります。
6. 180°Cのオーブンで20分焼き、表面がきつね色に焼けたら完成です。

今回はオーブンで焼くエンパナーダをご紹介しましたが、油で揚げても美味しいです。アルゼンチンの美味しい赤ワイン、マルベックと一緒に楽しみください。