



Zeitaufwand:

Teig:

mit Wartezeit 2 Stunden 30 Minuten

Füllung:

da kommt es drauf an, mit was die Empanadas gefüllt werden sollen

Frittieren:

auf Sicht, herrlich goldbraun



Empanadas fantasticos ausgebackene, gefüllte Teigtaschen

Zutaten

Der Teig:

- 300 g Mehl
(ich nehme 1050er Weizenmehl. Aber es gibt auch Variationen mit anderen Mehlen wie Maismehl oder Dinkelmehl oder ...)
- 50 g Fett (Butter, Schmalz oder Butter und Schmalz gemischt)
- 75 ml Weißwein
- Salz

... eine mögliche Füllung:

Empanadas mit Bologneser Füllung

- etwa 300 g Bolognese
(die richtige ohne Gemüse usw.) vom Vortag
- eine mittlere Karotte, klein gewürfelt
- eine Zwiebel, klein geschnitten
- eine Zehe Knoblauch, klein geschnitten
- eine kleine rote Chili, entkernt und in sehr dünne Streifen geschnitten
- eine Handvoll Champignons, kleingewürfelt
- ein paar getrocknete Tomaten, klein gehackt
- Olivenöl
- Gewürze
- ein Eigelb (das Eiweiß mit etwas Wasser vermischt, wird zum Verkleben der Empanadas gebraucht)

Erlaubt ist, was schmeckt!

Zubereitung

Der Teig:

- Das Fett mit dem Wein erhitzen – nicht kochen!
- Vom Herd nehmen, das Mehl und das Salz einrühren.
- Gut durchkneten, damit eine geschmeidiger Teig entsteht.
- Falls der Teig zu trocken ist, löffelweise lauwarmes Wasser zugeben.
- Zugedeckt 2 Stunden kaltstellen.

... so werden es Empanadas:

- Den Teig möglichst dünn ausrollen.
- Ich mache das meist mit meiner kleinen Nudelmaschine. Der Teigstreifen hat dann auch schon die richtige Breite zum Ausstechen von etwa 10 cm großen Teigkreisen.
- Ich habe mir dazu extra Förmchen gekauft, die gibt es in verschiedenen Größen.
- Es geht aber auch ohne dieses Hilfsmittel – wie bei so vielem zählt nicht die äußere Form.
- Mit zwei Teelöffeln etwas mehr als walnussgroße Klösschen von der vorbereiteten Füllung abstechen.
- Auf eine Teighälfte legen. Den Rand mit der Eiweiß-Wasser-Mischung bestreichen und zu klappen.
- Ohne Förmchen den Rand mit einer Gabel festdrücken.
- Portionsweise in heißem neutralen Öl ausbacken.
- Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Füllung

- Karotten, Zwiebel und Knoblauch in einem Esslöffel Olivenöl anschwitzen, bis die Zwiebel glasig, aber nicht braun ist.
- Die kleingeschnittenen Champignons in einer separaten Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten. Den Inhalt beider Pfannen in eine genügend große Schüssel geben.
- Die Bolo vom Vortag dazu. Ebenso die Chili und die Tomaten. Alles gut vermischen und würzen.
- Etwa die Hälfte der Masse mit dem Zauberstab oder Mixer pürieren und mit dem Eigelb wieder unter die Masse rühren.
- Ist die Masse zu flüssig, esslöffelweise Semmelbrösel darunter rühren, bis man mit zwei Esslöffel Klösschen abstechen kann.
- die Empanadas füllen. Frittieren. Abköhlen!

Geniessen!

Sehr leckeres Fingerfood, je nach Füllung auch vegetarisch oder vegan.

[Zurück zum Blog:
opaskitchen.blog](#)



Text und Bild
© Reiner Rosenwald
www.opaskitchen.blog
reiner.rosenwald@gmail.com