

EMPANADAS CON SENSATIONAL FILETTI VEGETALI NATURE

INGREDIENTI

1 confezione di GARDEN GOURMET Sensational Filetti Vegetali Nature
8 pezzi di pasta sfoglia
1 cipolla bianca piccola
1 peperone rosso dolce
100 g di mais
pepe e paprika in polvere
olio d'oliva
q.b. di sale

I CONSIGLI DELLO CHEF

Suggerimento per il taglio

Se non hai un tagliapasta per tirare fuori le fette di pasta, puoi ovviamente anche fare empanadas triangolari.

4 PORZIONI

INTERMEDIO

Lasciate ispirare dalla gustosa cucina messicana! Prova queste empanadas vegane con Garden Gourmet Sensational Filetti Nature, davvero buone!

MODALITÀ DI PREPARAZIONE

1. Preriscaldate il forno e scongelate la pasta frolla

Preriscaldare il forno a 200°C. Scongela separatamente le fette di pasta frolla su un grande foglio di carta da forno.

2. Cuocere i Sensational Filetti Nature

Tagliare i Filetti Vegetali Nature in pezzi più piccoli. Sbucciare e tagliare la cipolla e il peperone in piccoli pezzi e friggerli fino a renderli morbidi nell'olio d'oliva per pochi minuti. Condire con sale, pepe e paprika in polvere. Aggiungere il mais e i Sensational Filetti Vegetali Nature e cuocere per un altro minuto. Togliere il composto dalla padella e lasciare raffreddare.

3. Distribuite il ripieno

Ritagliare le fette di pasta frolla con il tagliapasta. Distribuire il ripieno al centro delle fette di pasta frolla.

4. Ripiegate l'impasto sul ripieno

Ripiegare l'impasto sul ripieno e premere il bordo piegando un pezzo di pasta verso l'interno. Si può anche premere semplicemente il bordo dell'impasto con una forchetta.

5. Cuocete le empanadas e gustatele calde!

Ungere le empanadas con l'uovo sbattuto, o con un po' di latte (vegetale). Cuocere le empanadas per circa 20 minuti fino a quando saranno ben dorate.

**SCOPRI ALTRE RICETTE SU
WWW.GARDENGOURMET.IT**