

ANTIPASTI E SNACK

Fagottini ripieni di carne

LUOGO: *Asia / Afghanistan*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* COSTO: *basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI PER L'IMPASTO

FARINA 435 gr
ACQUA calda - 350 gr
ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè
LIEVITO DI BIRRA SECCO 7 gr
OLIO DI SEMI DI MAIS 3 cucchiaini da tavola
UOVA 1
TUORLO D'UOVO sbattuto con 0,5
cucchiaino di olio di mais - 1

INGREDIENTI PER IL RIPIENO DI CARNE

CARNE MACINATA DI MANZO o agnello -
500 gr
CIPOLLE tritate - 320 gr
PEPERONI ROSSI tagliati in pezzi da 1 cm -
½
OLIO DI SEMI DI MAIS 2 cucchiaini da tavola
SALE ½ cucchiaini da tè

PREPARAZIONE

1 Preparate innanzitutto l'impasto per i fagottini.

Diluite lo zucchero ed il lievito in 180 g d'acqua tiepida e riponete il composto in un posto riparato da correnti per circa 10 minuti cosicchè il lievito inizi ad attivarsi.



2 Trasferite la farina su di un piano di lavoro, disponetela a fontana oppure raccoglietela in una ciotola e iniziate ad incorporarvi il composto con il lievito, l'olio e un albume.





3 Aggiungete acqua a sufficienza per preparare un impasto soffice.



4 Impastate per diversi minuti e formate una palla con l'impasto ottenuto.

Ungete leggermente la palla d'impasto e trasferitela in una ciotola, copritela e lasciatela lievitare per circa 45 minuti / 1 ora.

Preparate il ripieno: scaldate l'olio in una padella e fate prendere colore alle cipolle.



5 Aggiungete la carne, il sale ed il pepe e soffriggete per circa 5 minuti, assicurandovi che il liquido che si crea evapori completamente, quindi trasferite il ripieno in una ciotola.



6 Arrostite il peperone, sbucciatelo, tagliatelo a pezzetti ed unitelo al composto di carne e fate raffreddare il tutto.





7 Riprendete l'impasto ormai lievitato e formate 6 palle.

Schiacciate ciascuna palla fino a formare un disco non troppo sottile.

Stendete, su di un piano ben infarinato, ciascun disco con un mattarello fino ad ottenere un disco sottile di un diametro di 30 cm.



8 Ricavate da ciascun disco dei dischetti di 7 cm di diametro utilizzando un coppa pasta.

Collocate un cucchiaino di ripieno nel centro di ciascun disco e piegate l'impasto a metà così da ottenere una mezza luna. Sigillate i bordi schiacciandoli bene.



- 9 Prendete una teglia e foderatela con un foglio di carta forno e trasferitevi i fagottini e spennellateli con un tuorlo sbattuto con l'olio di mais.



- 10 Infornate il tutto a 170°C per circa 40 minuti o fino a doratura. Serviteli caldi.

NOTE

I Bichak sono un antipasto molto popolare e vengono serviti per l'ora del the o del caffè. Ripieni di zucca o marmellata vengono serviti come dolce mentre ripieni di carne e formaggio possono essere mangiati per pranzo con dell'insalata o come accompagnamento ai piatti con lo yogurt. Un altro lato molto positivo è che possono essere preparati in grosse quantità, raffreddati e congelati per le volte successive. Per conservarli fateli raffreddare, metteteli in un sacchetto di plastica e congelateli. Per riutilizzarli è sufficiente scongelarli ½ ora prima e scaldarli al forno a 170°C per 5-10 minuti.