

ANTIPASTI E SNACK

Tortillas salvadoregne ripiene

LUOGO: [Centro America](#) / [El Salvador](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

PANCETTA (TESA) oppure maiale salato -
100 gr

CIPOLLE ½

CUMINO ½ cucchiaini da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1
cucchiaino da tavola

FARINA 3 tazze

ACQUA 1,5 tazze

SALE ½ cucchiaini da tè

PREPARAZIONE

- 1 Saltate la carne di maiale salata insieme alle cipolle ed al cumino in olio, fino a cottura del maiale e fino a che le cipolle risultino trasparenti. Mettete da parte.



- 2 Miscelate la farina e l'acqua, lavorate il composto fino ad ottenere una pasta soffice, potete lavorare l'impasto a mano o aiutandovi con un mixer.



3 Dividete l'impasto in 10 parti uguali e date loro una forma sferica.

Stendete ciascuna pallina d'impasto realizzando un disco di circa 1 cm di spessore.

Farcite ciascun disco con un cucchiaino di carne di maiale e ricopritelo con un altro disco.



4 Stendete nuovamente il tutto fino ad ottenere un disco di circa 15 cm di diametro, non preoccupatevi se dovesse fuoriuscire un po' di ripieno.



- 5 Scaldate una padella, ungetela con dell'olio e cuocete ciascuna tortilla fino a doratura uniforme da entrambi i lati.



- 6 Ungete nuovamente la padella prima di cuocere la tortilla successiva.

Infine, trasferite le tortillas in forno caldo per ultimare la cottura.



NOTE

I pupusas possono essere farciti con diversi ingredienti. Alcuni suggerimenti: pollo o tacchino cotti; manzo macinato cotto; formaggio fresco o mozzarella (i salvadoregni usano il questo fresco o il formaggio casero); peperoncini verdi saltati. Curtido, una specie di insalata di cavolo, viene solitamente servita con i pupusas.