Empanadas Integral de Pavo

Makes: 50 servings

50 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Mantequilla, suave		3/4 tza
Harina integral		3 tzas
Azúcar		3/4 tza
Sal		3/4 cdta
Leche		1 1/2 tza
Agua		1 1/2 tza
Cebollas, picadas		3 medianas
Aceite de canola		3 Cdas
Carne molida de Pavo		2 Cdas
Pasas doradas		2 lb
Tomates pelados enteros, triturados		2 tzas
Guisantes, congelados o enlatados		2 tzas
Caldo de pollo, bajo en sodio		2 tazas
Queso Pepper Jack, rallado		1 tza

Directions

1. En el recipiente de una batidora “Kitchen Aid” equipada con el accesorio de paleta, añada la mantequilla blanda y déjela batir a velocidad media, de 1 a 2 minutos hasta que esponje.
2. Mientras tanto, cierne la harina, azúcar y sal para combinar. En la batidora a baja velocidad agregue la mezcla de harina en la mantequilla e incorpórelas. Cambie al accesorio de gancho para hacer la masa.
3. Aumente la velocidad a medio y agregue lentamente la leche/agua según sea necesario, para formar una bola de masa. Saque la masa a una superficie enharinada y amásela durante unos minutos hasta que se vuelva una bola lisa y elástica.
4. Envuelva la bola de masa en plástico y déjela reposar durante media hora.
5. Divida la bola de masa en cuatro porciones y estire cada porción, a lo largo y a lo ancho aproximadamente a 1/8 de pulgada de grosor (sobre una superficie enharinada). Usando un cortador de galletas redondo de 4 pulgadas, corte la masa en 50 círculos. Si no la va a usar enseguida guarde los círculos en papel encerado cubiertos en una envoltura de plástico.
6. En una sartén sofría a fuego alto medio la cebolla y el aceite y deje que se cocinen, revolviendo con frecuencia, durante 2 minutos o hasta que las cebollas estén blandas y fragantes.
7. Añádale la carne de pavo molido, sazónela con sal y pimienta y cocine la carne de pavo a fuego medio, revolviendo con una cuchara de madera hasta que ya no este de color rosa, durante unos 5 a 8 minutos.
8. Agregue el tomate, pasas, guisantes y caldo de pollo y cocínelo a fuego lento, revuélvalo bien hasta que se incorpore y déjelo hervir a fuego lento de 2 a 3 minutos hasta que la mezcla se combine. Chequee el condimento.
9. Retire la mezcla del fuego y deje que se enfríe, y luego transfiérala a un tazón y añádale el queso picante y mézclelo para combinar.
10. Extienda los círculos de empanada en una superficie limpia y coloque 1 cucharada de mezcla de pavo en el centro de cada uno. Pincele todo el alrededor de los bordes con el batido de huevo y doble cada círculo de empanada en forma de media luna. Pinche el borde de

cada empanada con un tenedor alrededor de los bordes para sellarlas.
11. Coloque las empanadas en una bandeja de galletas engrasada y pincele la parte superior de cada una con el batido de huevo.
12. Hornee en un horno precalentado a 350° F de 15 a 20 minutos o hasta que estén doradas y crujientes, y el relleno este caliente.

Notes

Consejos para servir:

Estas empanadas se pueden servir con una salsa para aliñar. Este es un acompañamiento perfecto para una ensalada o sopa y puede ser fácilmente horneada y recalentada. La dulzura de las pasas y guisantes, emparejados con el pavo condimentado y salsa hace un agradable almuerzo.