



# Empanadas con PractiCarne Zenú

**Tiempo de preparación:** 30 minutos  
**Porciones:** 4

## Ingredientes

### Para la masa:

- 1 taza de harina de maíz
- 1 1/4 taza de agua caliente
- 1 cda. de fécula de maíz o Maizena
- 1 cda. de margarina
- Sal

### Relleno:

- 100g de PractiCarne Zenú
- 2 papas medianas
- 4 cdas. de cebolla finamente picada
- 2 cdas. de tomate finamente picado
- Aceite

## Preparación

1. Cocina papas en agua que las cubra, hasta que estén blandas, luego presiónalas con un tenedor.
2. Aparte, en un poco de aceite, sofríe la cebolla hasta que esté transparente, agrega el tomate y cocina durante 3 minutos.
3. Mezcla con la **PractiCarne Zenú** y lleva al fuego hasta que caliente.
4. Para la masa: hidrata la harina de maíz con agua y sal. Amasa hasta obtener una pasta homogénea y suave. Déjala reposar tapada durante 5 minutos. Adiciona la margarina y fécula, y amasa nuevamente.
5. Armado: Arma pequeñas bolas de masa, presiona cada bolita en medio de dos platos o con la ayuda de un utensilio especial para empanadas, formando pequeños círculos.
6. A cada círculo ponle un poco de guiso, luego dobla a la mitad, cierra muy bien los bordes presionando con los dedos o con un tenedor.
7. Fríe las empanadas en abundante aceite caliente.

**Zenú**<sup>®</sup>