

امباناداس بالتونة

بواسطة يوسف بابطين

هذه الوصفة الأرجنتينية الأصلية والمميزة يمكن تحضيرها عبر القلي أو الخبز، لتترك لعملائك الاختيار بين طعم صحي ولذيذ أو تقليدي ومقرمش. لأفضل النتائج، استخدم زيت كانولا من قودي بروفشنال لتطفي لونًا ذهبيًا شهيقًا لهذا الطبق ونهاية مقرمشة. للحشوة، استخدم تونة تريفا بروفشنال ذات اللون الوردي الزاهي والأطراف المتماكة.

حصة تقديم 4



تعليمات

- سخن الزيت في مقلاة كبيرة وأضيف البصل والفلفل والثوم المهروس والفلفل الحلو. يُطهى البصل والفلفل حتى يصبح لونه ذهبيًا ويصبح طريًا ويتحول للون البني، قلبه لمدة ١٥-٢٠ دقيقة.
- أضيف سمك التونة واخلطهم واتركهم لمدة ٥ دقائق أخرى. يقلب حسب الحاجة.
- أضيف الزعتر، وشرائح الزيتون، وورق الكبر، وعصير الليمون. يخلط جيدًا، يضاف الملح / الفلفل حسب الرغبة. يُطهى لبضع دقائق، ثم يُرفع عن النار ويُترك سمك التونة يبرد قبل استخدامه لملء الإمباناداس.
- لخبز الإمباناداس
- ضع ملعقة كبيرة من حشوة سمك التونة في منتصف كل قرص إمبانادا.
- اطو أقرص الإمباناداس وأغلق الحواف بلطف بأصابعك. قم بلف وطوي حواف الإمباناداس بأصابعك. يمكنك أيضًا استخدام شوكة للضغط لأسفل وختم الحواف.
- برد إمباناداس لمدة ساعة على الأقل ، فهذا سيساعدها على إحكام غلقها بشكل أفضل ومنعها من الفتح أثناء الخبز.
- ادهن الإمباناداس بالبيض قبل الخبز. هذا يساعدهم على تحقيق ذلك اللون الذهبي الجميل عند الخبز.
- تقلى الفطائر حتى يصبح لونها ذهبيًا
- قدمي الفطائر بمفردها أو مع صلصة التغميس.

المكونات

قرص إمبانادا للخبز	20
زيت الكانولا	20 غ
بصلة صفراء صغيرة مقطعة إلى شرائح	90 غ
الفليفلة الحلوة الحمراء والخضراء، المقطّعة لشرائح	100 غ
فصوص ثوم مهروسة	8 غ
الفلفل الحلو	5 غ
(رفائق التونة من تريفا (بروفشنال مصفاة	130 غ
الأوريغانو المجفف	2 غ
زيتون مقطع	50 غ
نبات الكبر	20 غ
عصير ليمون	15 مل
ملح	2 غ
الفلفل حسب الذوق	2 غ