



GASTRONOMIA DEL PARAGUAY

PASTEL MANDIÓ * (per 6 persone)

Ingredienti :

Per la pasta :

1 kg di manioca
1 tazza e ½ di farina di mais
1 uovo
sale q.b.

Per il ripieno :

500 gr. di carne tritata di 1a. qualità
100 gr. di peperoni verdi
200 gr di cipolla
1 dente d'aglio
50 gr. di burro
2 uova
sale, pepe e comino q.b.

Preparazione :

La pasta : sbucciare la manioca togliendo non solo la buccia marrone ma anche la bianca liscia (importante dato che quest' ultima è tossica) e farla bollire fino a che sia al dente e non oltre in modo che nella successiva cottura consumi meno burro o olio.

Togliere dall' acqua, togliere il filo che la manioca porta dentro e far frullare onde ottenere un purè fino ed omogeneo. A questo unire la farina di mais e l'uovo ed impastare. Con la pasta ottenuta fare un cilindro da 10 a 15 cm. di diametro, tagliarlo in dischi di cm 1,5 ciascuno.

Una volta ottenuto l'impasto in porzioni cilindriche tirarle con il matterello sopra un tavolo coperto di farina di mais. Lasciar riposare l' impasto e preparare il ripieno.

Il ripieno : far bollire le uova finché diventino sode. Tritare i peperoni, la cipolla e l'aglio e farli soffriggere in una padella con un po' di olio. Quindi aggiungere la carne fino che sia ben cotta e le uova sode precedentemente tritate e lasciar raffreddare il ripieno.

Una volta che il ripieno sia freddo, collocarne un po' al centro di ogni disco che viene chiuso secondo il procedimento in uso per preparare gli involtini (empanadas): cioè bagnandone i bordi con un po' d' acqua in modo che rimangano solidamente chiusi.

Lasciar riposare gli involtini al freddo per 1 o 2 ore; successivamente soffriggerli in abbondante olio. Alternativamente cucinarli al forno scaldato a 180 gradi per 15 minuti : in questo modo risultano asciutti e digeribili. Servire ben caldi.

* mandió : parola guaraní che significa manioca

