



# Empanadas con carote viola

*ripiene di cavolfiore al curry e piselli*

<b>LIVELLO</b>	facile
<b>TEMPO</b>	40 min+25 min cottura
<b>DOSI</b>	9 pezzi

## INGREDIENTI

### *Per l'impasto*

- 150g carote viola pelate
- 90g acqua tiepida
- 200g farina 2
- 1 cucchiaino di sale

### *Per il ripieno*

- 1 cipolla bianca piccola
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaio di salsa di soia
- 1/2 cucchiaio di olio evo (opzionale)
- 1/2 cavolfiore o uno piccolo
- una manciata piselli surgelati
- 1 cucchiaino di curry
- 1 punta di pepe
- 1 dito vino bianco
- 2 cucchiai di arachidi tostate
- scorza di mezzo limone

## PROCEDIMENTO

### *Ripieno:*

1. Sminuzzare la cipolla e l'aglio e trasferirli in un pentolino con la salsa di soia e l'olio. Coprire con un coperchio e mettere a cuocere a fiamma media.
2. Nel frattempo smizzurare anche il cavolfiore e il suo gambo e aggiungerli alla cipolla appena diventa traslucida. Unire anche i piselli, il curry e il pepe. Mescolare e rimettere il coperchio. Lasciar cuocere 10 minuti fino a far cuocere il cavolfiore, quindi sfumare con il vino e trasferire in una ciotola.
3. Aggiungere gli arachidi sminuzzati grossolanamente e la scorza di limone grattugiata. Mettere da parte a raffreddare.

# Empanadas con carote viola

*ripiene di cavolfiore al curry e piselli*

<b>LIVELLO</b>	facile
<b>TEMPO</b>	40 min+25 min cottura
<b>DOSI</b>	9 pezzi

## INGREDIENTI

### *Per l'impasto*

- 150g carote viola pelate
- 90g acqua tiepida
- 200g farina 2
- 1 cucchiaino di sale

### *Per il ripieno*

- 1 cipolla bianca piccola
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaio di salsa di soia
- 1/2 cucchiaio di olio evo (opzionale)
- 1/2 cavolfiore o uno piccolo
- una manciata piselli surgelati
- 1 cucchiaino di curry
- 1 punta di pepe
- 1 dito vino bianco
- 2 cucchiaini di arachidi tostate
- scorza di mezzo limone

## PROCEDIMENTO

### *Impasto:*

1. Tagliare le carote a cubetti e trasferirle in una ciotola di vetro.
2. Cuocere in microonde per 5-10 minuti alla massima potenza fino a quando diventano morbide.
3. Le mie carote pesavano 85 g a fine cottura. Aggiungere le carote e l'acqua in un cilindro e frullare con un minipimer.
4. In una ciotola mischiare la farina con il sale e unire la purea di carote. Impastare sul piano di lavoro per qualche minuto fino ad ottenere una palla liscia. Rimettere nella ciotola e lasciar riposare coperto per mezz'ora.
5. Stendere l'impasto a 1 mm di spessore e ricavare dei cerchi con un coppapasta da 12cm. In metà di ogni cerchio mettere un cucchiaio di ripieno lasciando dello spazio lungo il bordo. Richiudere i cerchi a formare le empanadas.
6. Premere bene i bordi con le dita e ripiegarli verso l'interno. Trasferire le empanadas in una teglia con carta da forno e cuocere a 175°C per 25 minuti. Servire subito. Buon appetito!