

Kukurydziane pampuchy z gotowaną wołowiną



MNIAM



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

CIASTO DROŻDŻOWE

mąka pszenna	2 1/2 szkl
kukurydza w puszcze	200 g
jajko	1 szt
cukier	1/2 łyżeczki
drożdże świeże	25 g
mleko	1/4 szkl
sól	1/2 łyżeczki
olej rzepakowy	3 łyżki

NADZIENIE

mięso gotowane	wołowina 300 g
ząbki czosnku	2 szt
cebula	1/2 szt
pieczarki	300 g
sól	
Pieprz czarny mielony Prymat	
Pieprz ziołowy mielony Prymat	
olej rzepakowy	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Zrobić zaczyn rozcierając drożdże z cukrem i ciepłym, ale nie gorącym mlekiem. Odstawić na 10 min w ciepłe miejsce. Kukurydzę odsączyć z zalewy, przepłukać i włożyć do kielicha blendera. Zmiksować na gładko razem z jajkiem. Mąkę przesiać do naczynia, w którym będziemy wyrabiać ciasto i dodać sól, olej. Wlać spieniony zaczyn drożdżowy i zmiksowaną kukurydzę.
- KROK 2 Ciasto wyrabiać przez około 10 min. Będzie trochę kleiste. Przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia.
- KROK 3 W czasie kiedy ciasto na pampuchy wyrasta można przygotować farsz. W maszynce do mielenia mięsa zmielić gotowaną wołowinę. Pieczarki bardzo drobno pokroić nożem lub przy pomocy rozdrabniacza i dusić na patelni, aż woda z nich odparuje. Dodać do mięsa. Czosnek rozetrzeć i wrzucić na patelnię z rozgrzaną oliwą, na której smażyły się wcześniej pieczarki. Dodać cebulę i zeszklić, aż będzie miękka. Przełożyć do mięsa i wszystko dobrze doprawić.
- KROK 4 Farsz podzielić na 12 części i z każdej zrobić kuleczkę. Kiedy ciasto na pampuchy podwoi swoją objętość, zagnieść je jeszcze raz, ale krótko. Uformować rulon i podzielić go na 12 równych kawałków. Z każdego uformować placuszek, na który kłaść mięsną kuleczkę i zlepić zamykając farsz w środku.
- KROK 5 Gotowe pampuchy układać na oprószonej mąką tacy sklejoną częścią do dołu. Przykryć ściereczką i odstawić na 15 min, żeby troszkę podrosły.
- KROK 6 Wyrośnięte parować przez 10 min w garnku do gotowania na parze lub na specjalnym wkładzie. Można też pampuchy ugotować na głębokim sicie, zawieszonym na zwykłym garnku i przykrytym pokrywką. Ważne, żeby to na czym będą leżały, posmarować dobrze olejem, bo się przykleją. Nie mogą też bezpośrednio dotykać wody.
Smacznego :)