

MASA DE EMPANADAS SIN GLUTEN



INGREDIENTES

200 grs de harina de arroz

200 grs de harina de linaza

1 huevo

3 grs de sal

5 grs de polvos de hornear

150 cc de agua tibia

PREPARACION

1. Hacer mice an pleace
2. En un bol amplio, mezclar la harina de arroz, la harina de linaza, la sal y los polvos de hornear.
3. Agregar el huevo
4. Incorporar el agua tibia poco a poco.
5. Amasar suavemente durante unos minutos hasta que la masa quede homogénea.
6. Dejar reposar la masa durante 10 a 15 minutos
7. Colocar la masa sobre una superficie ligeramente enharinada con harina de arroz y estirar hasta alcanzar el grosor deseado.
8. Cortar discos del tamaño requerido para las empanadas.
9. Rellenar con la preparación elegida, cerrar los bordes y sellar presionando con los dedos o con un tenedor.
10. Hornear a 180 °C durante 20 a 25 minutos, o hasta que las empanadas estén firmes y ligeramente doradas.
11. OJO: Puedes reemplazar 1 huevo por uno de chia que serían 15 grs de chia por 45 cc de agua fría.