

Pupusas - El Salvador Usulü Mısır Ekmeği Dolması

Süre: 1 Saat dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 35 Dakika
>> **Pişirme Süresi:** 25 Dakika
>> **Kaç Kişilik:** 8 adet

Malzemeler:

- 2 su bardağı nixtamalize mısır unu (masa harina)
- 1,5 su bardağı ılık su
- 1 su bardağı rendelenmiş mozzarella veya dil peyniri
- 1 su bardağı haşlanmış kuru fasulye, ezilmiş
- 1/2 su bardağı ince doğranmış beyaz lahana
- 1 havuç, rendelenmiş
- 2 yemek kaşığı elma sirkesi
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 yemek kaşığı sıvı yağ
- Tuz

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Mısır ve süt ürünleri içerir; hazır peynir ve sirkenin etiketini kontrol edin.

Ön Hazırlık:

Masa harina nixtamalize mısır unudur; polenta veya sıradan mısır unuyla aynı sonucu vermez. Lahanayı ince kıyıp havuçla karıştırın; turşu garnitürü için sirkeyi ayırın.

Yapılışı:

1. Lahana garnitürünü hazırlayın:

- Lahana, havuç, sirke, kekik ve bir tutam tuzu karıştırıp en az 15 dakika bekletin.
- Servis öncesi fazla suyunu süzün; garnitürü pupusaların üzerine veya yanına koyun.

2. Mısır hamurunu yoğurun:

- Masa harina ve tuzu kaba alın; ılık suyu azar azar döküp yumuşak, çatlamayan hamur elde edene kadar yoğurun.
- Hamuru 8 parçaya ayırıp üzerini nemli bezle örtün; çalışırken kurumamasını sağlayın.

Kiraz'ın Mutfağı

3. İç harcı yerleştirin:

- Bir hamur parçasını avuç içinde açıp ortasına fasulye püresi ve peynirden birer kaşık koyun.
- Kenarları birleştirip kapatın, sonra iki avuç arasında nazikçe bastırarak yuvarlak şekil verin. Kenar çatlaklarını ıslak parmakla kapatın.

4. Tavada pişirin:

- Yağsız tavayı orta ateşte ısıtıp pupusaları her yüzü 3-4 dakika kızarana kadar pişirin.
- Pişenleri temiz bez altında sıcak tutun; lahana garnitürüyle servis edin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Pupusa dışı hafif kızarmış olmalı; iç harç kenarlardan taşmamalı ve hamurun ortası çiğ kalmamalıdır.

>> **İpucu:** Hamuru çalışırken kapalı tutun; kuruyan kenarlar pişerken çatlayabilir.

Saklama:

Pişmiş pupusaları buzdolabında kapalı kapta 2 güne kadar saklayın. Tavada kısık ateşte iki yüzünü çevirerek ısıtın.

Kiraz'ın Mutfağı