PASTEL DE PAPA RELLENO DE VERDURAS

Excelente y delicioso platillo, que te va a encantar.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- 3 papas
- 1/2 Cebolla en rajas
- 1 diente de ajo
- 10 ramitas de perejil
- 1/2 zanahoria
- 1 calabacita
- 1/2 Pimiento rojo
- 1/2 Pimiento verde
- 1/2 Pimiento naranja
- Pimienta en polvo
- 4 Cucharadas de harina de avena
- Polvo para hornear.
- Ajo en polvo
- Aceite de oliva
- Linaza en polvo

– Sal

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

Modo de preparación

una sartén ya caliente agregamos un poco de aceite vegetal y bajamos a fuego medio.

$\frac{1}{2}$ cebolla rebanada en rajadas delgadas y sofreímos hasta que transparente. Agregamos un diente de ajo finamente picado y movemos durante 30 segundos.

$\frac{1}{2}$ pimiento de color rojo y $\frac{1}{2}$ pimiento de color naranja, $\frac{1}{2}$ pimiento de color amarillo (Puede ser del color que gusten) (previamente lavados, desvenados, sin semillas y partidos en pequeños cubos.) y movemos durante un minuto.

una calabacita partida en pequeños cubos y mezclamos durante un minuto. Agregamos $\frac{1}{2}$ zanahoria (previamente lavada y partida en pequeños cubos) Mezclamos durante un minuto.

$\frac{1}{2}$ cucharadita de sal y un poco de pimienta en polvo. Agregamos $\frac{1}{3}$ de taza de agua y tapamos. Dejamos a flama baja durante 3 minutos. Pasado ese tiempo apagamos el fuego. Probamos de sal y agregamos al gusto. Apartamos,

una cacerola ponemos 3 papas grandes enteras y agregamos agua a cubrir. Prendemos el fuego, tapamos y dejamos por 25 minutos. Pasado ese tiempo, revisamos con un cuchillo si están bien cocidas. Apagamos el fuego. Retiramos del agua y dejamos que enfríen. Cuando estén frías les retiramos la piel y las pasamos a un bowl. Machacamos. Agregamos 4 cucharadas de harina de avena y mezclamos. Agregamos una cucharadita de polvos para hornear. Mezclamos. Probamos de sal y agregamos al

gusto. Agregamos un poco de ajo en polvo y unas ramitas de perejil finamente picado. Volvemos a mezclar. Apartamos.

una sartén, agregamos una cucharada de linaza molida y le agregamos 1/3 de taza de agua. Encendemos el fuego bajo. Dejamos que sólo entibie. Mezclamos y apagamos el fuego, dejamos que enfríe un poco y se lo agregamos al puré de papa y mezclamos bien.

el horno a 180 ° C o 356 °F. Engrasamos un molde para horno y le agregamos la mitad del puré de papa. Esparcimos por todo el fondo del molde. Agregamos nuestro relleno de verduras y extendemos. Agregamos el resto del puré de papa. Le pasamos un tenedor en la superficie, para decorar. Metemos al horno durante 25 minutos.

el molde y presentamos.

Ver video

@andreamatcuz8142

Este pastel lo hice en el 2015. Benditos ustedes y youtube, no saben como han cambiado mi vida, ahora si ya la apunté pero me encanta cocinar viendo sus videos.

@AbuelitaMalena

Este pastel de papa lo hice para una familia y les gustó muchísimo. Gracias saludos. Magdalena.

@gabrielazavala2362

Señora hermosa, me enamoré de su manera de cocinar, me recordó mucho a mi abuelita, muchas felicidades, me inspiró. Mil gracias y muchas bendiciones para su vida.

@nandyrosero4591

Esta torta de papa es espectacular, la voy preparando desde hace mucho y a mis niños les encanta Gracias cocina vegan fácil. Un abrazo