

Esfiha de Carne

Tradicional receita árabe que conquistou todo o mundo e é bastante popular no Brasil. Você pode adicionar outros recheios se preferir.

🕒 Preparação 1 hora e 30 minutos 🕒 Total 1 hora e 30 minutos 40 porções

Ingredientes

ou	ou
1 Kg de farinha de trigo	1 Kg de patinho bovino sem gordura moído
ou	ou
1 e 1/2 colher de sopa de fermento em pó [15 g]	1 unidade média de cebola crua [70 g]
ou	ou
200 ml de água filtrada morna [32°C]	2 unidades de tomate italiano maduro [124 g]
ou	ou
200 ml de leite integral morno [32°C]	2 unidades de limão [120 g]
ou	ou
1/2 tablete de manteiga sem sal [50 g]	4 pitadas de pimenta síria [4 g]
ou	ou
4 colheres de sopa rasas de açúcar [60 g]	1 colher de chá de sal [6 g]
ou	ou
1 colher de chá cheia de sal [10 g]	2 colheres de sopa de folhas de hortelã picadas [11 g]

Método de preparo

1

Ative o fermento adicionando a ele 50 g de farinha e 100 ml de água morna. Cubra e deixe descansar por 10 a 20 minutos até parecer uma esponja.

2

Acrescente aos poucos o restante da farinha e da água, o leite, manteiga, o açúcar e o sal e misture. Sove a massa por 10 minutos. Cubra-a e deixe descansar por mais 20 minutos.

3

Para o recheio, misture em uma tigela a carne moída, a cebola ralada, o tomate picadinho, o suco do limão, a pimenta síria, o sal e as folhas de hortelã picadinhas. Deixe descansar por 30 minutos e depois coloque em um pano de prato limpo e torça até a mistura estar bem seca. Reserve.

4

Para esfiha fechada: em uma superfície enfarinhada, divida a massa e faça bolas. Abra a massa bem fininha com um rolo, adicione o recheio e depois feche a massa. Deixe descansar por 10 minutos e depois leve para assar a 180°C até dourar.

5

Para esfiha aberta: abra a massa em superfície enfarinhada com fubá, recheie e depois leve ao forno pré-aquecido à 220°C por 40 minutos ou até a massa estar levemente dourada nas laterais e bem assada no fundo.