

El ingrediente secreto para hacer unas salchipapas de forma rápida y sin gluten

06/05/2024



Gracias a un **ingrediente secreto**, las reconocidas “salchipapas” pueden conquistar paladares de todas las edades. Con una receta simple y pocos ingredientes, puede hacerse una divertida reversión sin gluten y que explote de sabor.

Al estar hecha con productos sin azúcar, libre de gluten y 100% vegetales, esta receta es ideal para familias con diferentes preferencias a la hora de alimentarse. **Pueden reemplazarse los productos por otros de origen animal** si se prefiere.

Es importante aclarar que **no se trata de la clásica receta de salchipapas** sino una reversión compartida por una creadora de contenidos. Tania Borg, *influencer* que realiza recetas fáciles en sus redes, revolucionó la tradicional preparación de salchipapas. Inspirándose en los “panchuchos” tucumanos, se

animó a transformarla con sencillos panes de papa.



Los ingredientes necesarios para preparar la receta de salchipapas

Con solo cuatro ingredientes se puede preparar esta sencilla receta. Además, lleva pocos minutos de preparación, volviendola una gran opción para resolver una comida con poco tiempo.

- Una papa grande.
- Salchichas vegetales y sin tacc
- **Ingrediente secreto:** 60 g de leche o bebida vegetal de arroz.
- 100 gramos de harina sin gluten.
- Sal y ajo en polvo (cantidad a gusto).

El paso a paso de la receta de

salchipapas con un ingrediente secreto

1. Cocinar la papa en agua hirviendo y pisarla para hacer un puré. Agregarle la sal y ajo en polvo a gusto.
2. Verter un chorro de la bebida vegetal de arroz o leche y remover bien para que todo se integre. Debe quedar una mezcla uniforme.
3. Añadir la harina sin gluten y mezclar hasta obtener una masa homogénea. Dejarla reposar.
4. Mientras tanto, saltear las salchichas vegetales en una sartén y reservalas para sumarlas después.
5. Formar los panes de papa con un aspecto similar al pan de pancho o la forma del panchuque. Con la ayuda del dedo índice, apretar la masa para crear el espacio en el medio donde irá la salchicha.
6. Freir la preparación. En el caso de usar una freidora de aire, pintar los panes con aceite de oliva para que salgan más crocantes y cocinarlos a 195° durante 12 minutos.
7. Ya están listas las salchipapas reversionadas y sin gluten para que toda la familia pueda disfrutarlas. Solo resta agregar los aderezos favoritos de cada uno y degustar la preparación.



Así quedan las salchipapas reversionadas con un ingrediente secreto

Fuente: Radio Mitre