

Una receta clásica, rindidora y con pocos ingredientes: cómo preparar buñuelos de acelga

22/05/2024



Una de las recetas más clásicas que pueden realizarse en simples pasos y con muy pocos ingredientes son los buñuelos de acelga, que son claves para “salvar” cualquier momento del día.

Para este tipo de preparaciones, los que decidan realizarlas **necesitarán con un atado de acelgas, cebolla de verdeo, media cebolla, dos huevos, un diente de ajo, 200 gramos de harina leudante, 100 gramos de queso rallado, sal y pimienta a gusto y aceite para la fritura.**

Los buñuelos son una de las comidas más caseras y simples que pueden realizarse en pocos minutos y que sirven como un acompañamiento ideal para otro tipo de preparaciones.

El paso a paso de como preparar buñuelos

Lo primero que deberán realizar en esta preparación será lavar bien las acelgas y picarlas, luego picar la cebolla de verdeo, la cebolla y el ajo y apartarlo para continuar con esto más adelante.

Una vez que estos ingredientes están listos, deberán batir los huevos en un bowl y agregar estos elementos en esta preparación e integrarlas bien para que quede una preparación homogénea.

Luego de esto deberán incorporar la harina leudante poco a poco y continuar mezclando hasta que quede una masa espesa, mientras tanto, se deberá calentar una cantidad abundante de aceite en un sartén a fuego medio.

Tras estos pasos, deberán realizar pequeñas bolitas con la masa y enviarlas de a tandas a la fritura durante algunos minutos hasta que se doren de ambos lados y escurrirlos sobre servilletas de papel para quitarles el exceso de aceite.

Si los comensales desean tener unos buñuelos que sean más esponjosos, podrían dejar la masa reposando en la heladera durante aproximadamente media hora antes de freírlos.

En tanto, si desean contar con una preparación un poco más “sana”, una de las alternativas que pueden tener es la de optar por cocinarlos en el horno para evitar las frituras.

Algunos consejos al momento de freírlos

Una de las principales sugerencias al momento de preparar esta comida es que **el aceite esté bien limpio, es decir, que no se guarde aceite usado y se reutilice porque puede afectar a la**

salud.

Utilizar mucho aceite en la sartén debido a que si se utiliza poco puede terminar quemándose al exponerse a las altas temperaturas y no abusar del espacio para que se cocine de una manera pareja y con espacios.

Otra de las recomendaciones es **no pinchar los buñuelos con un tenedor al momento de su fritura** y utilizar una espátula o una espumadera para que la comida no termine llena de aceite.

Fuente: Crónica