Entradas

RISSÓIS DE COGUMELOS E SOJA

Receita de Fã
Médio
70 Min.
18-20 Doses

INGREDIENTES

- MASSA:
- 250 ML DE ÁGUA
- 250G DE FARINHA (USEI 90G NORMAL E 160G INTEGRAL)
- 40 ML DE AZEITE
- UMA PITADA DE SAL
- RECHEIO:
- 1 CENOURA RALADA
- 1 ALHO FRANCÊS
- 150G DE COGUMELOS FRESCOS
- 45G DE SOJA GRANULADA
- 40ML DE AZEITE
- SALSA
- PIMENTA
- NOZ MOSCADA
- 1 OVO
- PÃO RALADO Q.B.

CONFEÇÃO

1. Colocar a soja granulada numa tigela com água e deixar de molho.

3. Massa:

4. Adicionar a água, o azeite e o sal - sem lâmina, 3 minutos, 100º, velocidade 4

5. Colocar a lâmina de amassar/triturar e adicionar a farinha toda de uma só vez - 30 segundos, velocidade 7

6. Retirar os bocados de massa e amassar bem até formar uma bola. Deixar a arrefecer um pouco e fazer o recheio.

7. (Lavar a taça)

9. Recheio:

10. Lâmina misturadora: Adicionar o azeite, o alho francês cortado em rodelas (apenas a parte branca) e a cenoura ralada- seleccionar o programa slow cook P1

11. Adicionar os cogumelos e a soja granulada (previamente bem escorrida) - Seleccionar o programa Slow cook P3 durante 10 minutos

12. Substituir pela lâmina ultra blade: Adicionar sal q.b, pimenta, noz moscada e salsa e seleccionar pulse durante 25 segundos. Deixar arrefecer.

14. Ir esticando a extremidade da bola de massa e cortar com um copo largo. Ir colocando de parte a massa cortada.

15. Rechear cada bocado da massa com 1/2 colher de sopa de recheio, fechar bem o rissol e virar as extremidades para não sair recheio. Passar cada rissol pelo ovo batido, pelo pão ralado e colocar num tabuleiro com papel vegetal para levar ao forno. Levar ao forno previamente aquecido a cerca de 200º. Quando começarem a ganhar cor virar. (demoraram cerca de 35min no meu forno)

17. Obs: Os rissóis podem ser congelados se não forem logo ao forno.