



Dificultad:
Baja



Porciones:
18



Tiempo:
60 minutos

Información Nutricional

Energía:	232 Kcal
Proteínas:	2.2 g
Grasa Total:	0.5 g
Colesterol:	1.5 mg
H. de Carbono:	54.0 g
Fibra Dietética:	0,9 g
Sodio:	7 mg

PICARONES PASADOS

Ingredientes

- 1 ½ Taza de puré de zapallo
- 2 ½ Tazas de harina cernida
- ¼ Cucharadita rasa de sal
- 1 Cucharada de POLVOS IMPERIAL
- 1 Taza de leche entera
- Aceite o manteca para freír

Para el almíbar de chancaca

- ½ Kg de chancaca
- 1 Taza de azúcar granulada
- 4 Tazas de agua
- Cascarita de limón o naranja

Preparación

1.- En un bowl junta el puré de zapallo con la harina, la sal y el POLVO IMPERIAL. Añade la leche entera poco a poco y comienza a amasar con tus manos energéticamente hasta obtener una masa homogénea. Reposar tapada durante unos minutos.

2.- Forma pequeños bollos con tus manos y extiéndelos levemente, haz un corte en el centro y ábrelo con la ayuda de cucharas o utensilios cilíndricos, frielos cuidadosamente en una sartén con abundante aceite a temperatura ideal (no excesivamente caliente) una vez listos y dorados, retíralos de la sartén y déjalos en una fuente con papel absorbente.

3.- Para el almíbar, mezcla la chancaca con la azúcar granulada y el agua indicada dentro de una cacerola. Añade la cáscara de naranja y lleva a fuego medio y semi-tapado hasta que se disuelvan los productos completamente. Una vez listo y para espesar si deseas, puedes agregar dos cucharaditas de maicena o chuño previamente disueltas en un poco de agua, agrega esta mezcla a la cacerola hirviendo y cocina durante unos segundos revolviendo constantemente hasta espesar la preparación. Acompaña los picarones con el almíbar tibio y



sirve de inmediato.

