



Sopapillas (frittierte Teighappen)



Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Butter	50 g
Weizenmehl, Type 405	300 g
Backpulver	2 TL
Salz	
Wasser	150 ml
Rapsöl	200 ml
Puderzucker	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Backblech mit Backpapier, Handrührgerät mit Knethaken, Nudelholz

1. Butter in Stücke schneiden. In einer Schüssel Mehl, Backpulver und Salz mischen. Butter und Wasser dazugeben und mit einem Handrührgerät mit Knethaken zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 15 Min. ruhen lassen.
2. Teig in zwei Portionen teilen, auf wenig Mehl ca. 5 mm dünn ausrollen und in Quadrate (ca. 5 x 5 cm) schneiden.
3. In einem Topf Öl so lange auf hoher Stufe erhitzen, bis an einem hineingehaltenen Holzlöffelstiel Blasen aufsteigen. Dann Teigstücke darin portionsweise ca. 2 Min. frittieren, dabei ein- bis zweimal wenden.
4. Sopapillas auf Küchenpapier abtropfen lassen und nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	326 kcal
Kohlenhydrate	59 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	6 g