



Juana®



Pupusa con frijoles refritos y curtido

Pupusa with refried beans and curtido

Ingredientes:

Para las pupusas:

- 2 taza de harina de maíz Juana®
- 2 cucharaditas de sal
- 2 ¼ de tazas de agua
- 2 tazas de frijoles refritos

Para el curtido:

Rinde 6 tazas.

- ½ repollo grande, cortado finamente
- 3 zanahorias medianas, ralladas en rodajas grandes
- ½ cebolla blanca grande, en rodajas finas
- 2 chiles serrano, en rodajas finas
- 1 diente de ajo, rallado
- 2 cucharaditas de orégano seco
- 5 cucharaditas de sal
- ¼ taza de aceite de oliva extra virgen
- Vinagre de cidra de manzana (para servir)

Modo de preparación:

Pre caliente la plancha de asar. En un tazón mediano, mezcle la harina de maíz **JUANA**® y la sal (al gusto). Vierta el agua fría y usando la espátula, mezcle la masa hasta que este casi combinada. Después, usando sus manos, mezcle hasta que quede se forme una masa suave. La masa estará muy suave. Una a la vez, aplane las bolitas de masa suavemente hasta que queden como discos de un grosor de 1.25 centímetros aproximadamente. Unte 2 cucharadas de frijoles refritos en el centro y envuélvalo con la masa creando una forma de medialuna. Presione las orillas para sellar completamente. Después, amase suavemente, aplanando y alternando sus manos hasta que alcance un grosor de aproximadamente 1 centímetro y alrededor de 11 centímetros de diámetro. Siéntase libre de engrasar sus manos conforme lo necesite. Repita el proceso con todas las bolitas de masa.

Preparación del curtido: Ponga la col, las zanahorias, la cebolla, los chiles, el ajo, el orégano y las 5 cucharaditas de la sal en un tazón grande para mezclar. Deje reposar por 30 minutos para que la col se humedezca. Transfiéralo a un contenedor hermético (puede ser de vidrio de un tamaño de 2 cuartos) y presione firmemente la col para que suelte los jugos; el líquido debería estar por encima de los vegetales. Cubra por completo el curtido y déjelo reposar a temperatura ambiente, pruébelo diariamente, hasta que el sabor sea de su gusto, al menos 1 día hasta 5 días. Justo antes de servir, vierta el aceite sobre el curtido y sacuda para mezclar (Si se sirve después de 48 horas o más, el curtido estará ácido y puede que no necesite vinagre)

***Antes de:** El curtido puede ser preparado 1 semana antes. Déjelo reposar después de añadir el aceite y las especias.

Ingredients:

For the Pupusas:

- 2 cups of Juana® corn meal
- 2 teaspoons of salt
- 2 ¼ cups of water
- 2 cups of refried beans

For the Curtido:

Makes about 6 cups

- ½ large head of green cabbage, thinly sliced
- 3 medium carrots, grated on the large holes of a box grater
- ½ large white onion, thinly sliced
- 2 serranos chiles, thinly sliced
- 1 garlic clove, finely grated
- 2 teaspoons of dried oregano
- 5 teaspoons of salt
- ¼ cup of extra-virgin olive oil
- Apple cider vinegar (for serving)

Preparation:

Preheat griddle. In a medium bowl, whisk together the **JUANA**® flour and salt (al gusto). Pour in the cold water and using a spatula, stir the batter until mostly combined. Then, using your hands, mix the dough until a very soft dough forms. The dough will be very soft. Working one at a time, flatten the balls gently until they're about 1/2-inch thick discs. Place 2 tablespoons of refried beans into the center and wrap the dough around the filling creating a half-moon shape. Pinch the edges to seal it completely. Then, pat the dough gently, flattening it and alternating hands until it reaches about 1/4-inch thick and about 4 inches in diameter. Feel free to re-grease your hands as needed. Repeat with the remaining balls of dough. Add a teaspoon of neutral oil and brush the surface with a silicon brush. Add the pupusas to the pan, fitting two to three at a time. Cook each pupusa for 4 to 6 minutes per side. Decorate with the curtido on top of the pupusa.

Curtido Preparation: Toss cabbage, carrots, onion, chiles, garlic, oregano, and 5 teaspoons of salt in a large bowl to combine. Let it sit for 30 minutes for cabbage to wilt. Transfer to an airtight container (such as a 2-quart glass jar) and press down firmly on cabbage to release juices; liquid should be at or above level of vegetables. Tightly cover the curtido and let sit at room temperature, tasting daily, until flavor is to your liking, at least 1 day and up to 5 days. Just before serving, drizzle oil into the curtido and toss to combine. Taste and season with vinegar and more salt if needed. (If serving after 48 hours or longer, curtido will be tangy and may not need vinegar.)

***Do Ahead:** Curtido can be made 1 week ahead. Chill after you have added the oil and seasoned.