

PANQUEQUES DE VEGETALES COREANOS (YACHAE JEON)

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Salen 4 panqueques de 8 pulgadas*



Ingredientes:

Para hacer la masa:

- 1 ½ taza de harina para todo uso
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- 4 cucharadas de fécula de maíz (maicena) o fécula de papa
- 1 ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de cúrcuma en polvo (opcional para darle color)
- 1 ½ taza de agua a temperatura ambiente, más 2-4 cucharadas de agua adicionales para ajustar la consistencia

Vegetales

- 1 calabacín (zucchini) mediano, cortado en palitos
- 1 zanahoria mediana, cortada en palitos o rallada
- ½ cebolla mediana, en rodajas finas
- 1 manojo de cebolletas o cebollas verdes, alrededor de 2 tazas, picadas o en rodajas finas
- 1 pimiento rojo cortado en palitos

Salsa para dippear

- 1 cucharada de salsa de soja
- 1 cucharada de agua
- 1 cucharada de vinagre de arroz
- 1 cucharadita de azúcar, ajustar al gusto
- 1 cucharadita de aceite de sésamo
- 1/2 cucharadita de semillas de sésamo
- Hojuelas de chile (opcional)

Instrucciones:

1. En un recipiente grande, agrega todos los ingredientes secos, mezclar bien.
2. Vierte lentamente el agua mientras revuelves, mezcla hasta que haya alcanzado una consistencia de masa espesa. Si la masa aún está demasiado espesa, puedes agregar 2-4 cucharadas más de agua. Ten en cuenta que la masa es espesa y debe cubrir bien los vegetales.

3. Agrega a la masa las verduras de tu elección, mezcla para que todos los vegetales queden bien cubiertos.
4. En un recipiente pequeño, agrega todos los ingredientes de la salsa para dipear y mezcla bien. Dejar aparte.
5. Calienta una **sartén antiadherente** mediana/grande a fuego medio alto. Tener en cuenta que el tamaño del panqueque dependerá del tamaño de tu sartén.
6. Agrega suficiente aceite para cubrir la superficie de la sartén, una vez caliente, agrega la masa de vegetales, extiendela sobre la sartén y dejándola lo más delgada posible sin que se vea la superficie de la sartén. Si hay agujeros, siéntase libre de sacar un poco de la masa para cubrirlos.
7. Cocina durante 4-5 minutos a fuego medio o medio o hasta que la masa comience a secarse. También puedes tapar la sartén para cocinar los vegetales. *Si tapaste el panqueque, retira la tapa y permite que el exceso de vapor se evapore. Presiona hacia abajo en el centro de tu panqueque.*
8. Una vez que la parte superior del panqueque y los lados comienzan a secarse, raspar con cuidado los lados, verifica si por debajo está ligeramente dorado o dorado.
9. Voltea cuidadosamente el panqueque con una espátula, cocina el otro lado hasta que estén dorados y crujientes. *Si quieres que estén más crujientes, deja que los panqueques se cocinen a fuego lento durante otros 3-4 minutos por cada lado o hasta que estén dorados, para que queden realmente agradables y crujientes por fuera.*
10. Repite esto para el resto de la masa, cuando ya estén listos, corta tus panqueques en cuadrados pequeños o en pedazos del tamaño de un bocado (Me resultó mucho más fácil cortar los panqueques con unas tijeras que con cuchillo)... ¡Disfruta con la salsa de dipear!

Notas:

*Recomiendo usar una sartén antiadherente para obtener los mejores resultados y para que tus panqueques no se peguen a la sartén. También es importante que tu sartén se haya precalentado bien y esté caliente antes de agregar el aceite y la masa de vegetales.

* Realmente puedes optar por agregar las verduras que tengas o te gusten más, otras excelentes adiciones son el repollo, camote rallado o cortado en palitos, champiñones, etc. Usualmente es un total de 5-6 tazas de vegetales cortados.

*Hay ciertas verduras que liberarán una gran cantidad de líquido mientras se asientan en la masa. Si este es el caso, puedes agregar de 1 a 3 cucharadas adicionales de harina y mezclarla con la masa para espesar antes de cocinarla.

*Guarda los panqueques cocidos en un recipiente hermético y refrigera durante 1-2 semanas. Para recalentar, fríe los panqueques en una sartén durante 2-3 minutos por cada lado hasta que estén crujientes.

www.unapizcadeluna.com