

# Alcapurrias

**Natividad Ramos**  
**Puerto Rico**

**Porciones: 6-8 personas**

**Rinde: 12-16 alcapurrias**

**Tiempo: 55 minutos**

## Ingredientes

3 bananas (guineos) amarillos, pelados  
2 plátanos verdes, pelados  
2 yautías (aproximadamente 1/2 libra),  
peladas  
4 1/2 cucharadas de aceite de canola, divididas  
1/2 cucharadita de achiote molido  
1 cucharadita de adobo (ver página 55)  
3/4 de libra de carne magra de pavo molida  
3 dientes de ajo, picados  
1 cucharada de sazón (ver página 59)  
3 cucharadas de sofrito (ver página 61)  
1/4 de taza de salsa de tomate (ver página 63)

## ¿Sabía Usted?

La yautía, un tubérculo tropical, tiene una cantidad moderada de tiamina, riboflavina, vitamina C y hierro. Cuando está cocida, tiene textura cremosa y sabor a tierra.

## Instrucciones

- Caliente el horno a 350° Fahrenheit.
- Cubra el recipiente para el horno con aceite vegetal o papel para hornear.
- Ralle las bananas, plátanos y yautías. Si tiene una procesadora, puede mezclar la yautías y el plátano para tener una textura más fina, cuele con un paño para quesos y elimine parte del agua.
- Agregue 2 cucharadas de aceite, el achiote molido, y el adobo a la mezcla de banana.
- Enfríe la mezcla durante 30 minutos en el refrigerador para manejar más fácilmente.
- En un sartén a fuego mediano, cocine la carne molida de pavo con el ajo y el sazón hasta dorar. Agregue la salsa de tomate y el sofrito y hierva a fuego lento durante 15 minutos.
- Forme una pequeña tortita con 1/4 de taza de la mezcla de plátanos. Coloque 1/4 de taza de la carne en el medio y otro 1/4 de taza de la mezcla de plátanos encima para encerrar el relleno de carne y obtener una forma de óvalo. Repita con las mezclas restantes de plátanos y carne hasta formar todas las tortitas.
- Coloque las alcapurrias en la bandeja preparada y rocíe ligeramente la parte superior con aerosol de cocina.
- “Fría” en el horno durante unos 10 minutos o hasta que esté doradas, dé vuelta y deje cocinar del otro lado unos 3 minutos más.
- Sirva caliente.

