

Receta de sopaipillas pasadas chilenas



Receta de sopaipillas pasadas chilenas

Una comida de invierno, para servir bien caliente, las sopaipillas pasadas pueden disfrutarse **como un perfecto postre** o también a media tarde al lado de la estufa. Una receta muy popular en todo Chile.

¿Cómo hacer sopaipillas pasadas?

Las sopaipillas pasadas son una masa frita que utiliza **la receta tradicional de las sopaipillas con puré de zapallo**, elaboradas a base de harina y manteca, que luego son bañadas en un delicioso almíbar de chancaca.

Información Nutricional

Categoría: [Postres Típicos](#)

Cocina: Chilena

Calorías: 400

Preparación: 30 minutos

Cocción: 45 minutos

Raciones: 6 personas

Receta de sopaipillas pasadas

Ingredientes

1. Sopaipillas

- 1 kg de harina con polvos de hornear
- 500 g de zapallo
- 100 g de manteca derretida
- 2 cucharaditas de sal
- Aceite o manteca para freír
- Agua

2. Salsa de chancaca

- 400 ml de de agua
- 200 g de chancaca
- 1 clavo de olor
- 5 ml de vainilla (1 cucharadita)
- Cáscara de limón o naranja

Preparación

1. Sopaipillas

- 1. En una olla mediana cocer el zapallo cubierto en agua con sal hasta que estén blandos, unos 20 minutos, estilar y moler con un tenedor o un pasa-puré. Reservar el agua de cocción.
- 2. Cernir la harina en un bol grande, añadir la sal, la manteca derretida, el puré de zapallo y mezclar todo con una cuchara de madera, ajustar con el agua de cocción en caso de ser necesario hasta formar una masa blanda y homogénea.
- 3. Amasar durante 10 minutos y sobre una superficie lisa estirar con un uslero hasta alcanzar $\frac{1}{2}$ centímetro de grosor.
- 4. Cortar las sopaipillas con un molde redondo, pinchar con un tenedor y freír en abundante aceite o manteca caliente. Reservar sobre una fuente de horno cubierta de papel absorbente.

2. Salsa de chancaca

- 1. Colocar en una olla mediana la chancaca, añadir el agua, el clavo de olor, la vainilla y la cáscara de limón, llevar a hervor y revolver hasta disolver por completo.
- 2. Hervir a fuego lento durante 15 minutos, revolviendo constantemente hasta formar un almíbar consistente y espeso.

3. Presentación

- **1.** En una fuente amplia reservar todas las sopaipillas y bañarlas con el almíbar de chancaca, remojar por un par de minutos y luego servir caliente.

Historia de las sopaipillas pasadas

La sopaipilla o «pan frito» es una receta que llegó alrededor de 1720 durante la colonia española, **quienes los llamaban «sopaipa»**, del árabe «supaipa» o «pedazo de pan remojado en aceite» y que en Chile los mapuches habrían denominado «sopaipillan» en honor a una antigua ave precolombina.

¿Sabías qué?

El toque criollo además de incorporar **puré de zapallo, papas o piñones a la receta**, también dio a variaciones como a este magnífico postre, sopaipillas bañadas en salsa de chancaca, que a su vez es elaborada con azúcar sin refinar y melaza.

Recomendamos

[Sopaipillas de piñones](#)

[Sopaipillas sin zapallo](#)