

AREPA DE REINA PEPIADA

INGREDIENTES

(Para 6 arepas)

Para las arepas

1 taza pequeña de harina precocida de maíz

1 taza y media pequeña de agua templada

1 cda de sal.

Para el relleno

2 pechugas de pollo cocidas

2 aguacates

1 diente de ajo

1/4 de cebolla

Pimienta

Para la mayonesa

1 taza de aceite

1 huevo

Zumo de 1/2 limón

Sal

PREPARACIÓN

Para la Mayonesa

En una licuadora batimos el huevo y le vamos agregando muy despacio el aceite y vamos subiendo el brazo poco a poco hasta que emulsione la mezcla.

Cuando haya espesado la mezcla de aceite y huevo, se añade el zumo de limón y la cantidad de sal deseada.

La mayonesa estará lista cuando la textura sea cremosa.

Para el relleno

Cocemos las pechugas en agua con sal durante 30 min, dejamos enfriar y luego la desmechamos, añadimos la cebolla y el ajo muy picado, luego el aguacate triturado, (reservamos medio aguacate y lo picamos en rebanadas para adornar la arepa al final), y añadimos como 2 cdas de la mayonesa, añadimos pimienta al gusto, mezclamos y reservamos.

Para la masa de las arepas

En un bol agregamos el agua y la sal y le añadimos la harina de maíz e iremos mezclando con las manos poco a poco hasta formar la masa, estará

lista cuando vean que no se pegue la masa de las manos, dejamos reposar por unos minutos, si hace falta pueden añadirle un poco mas de harina o agua.

Formamos las bolas como el tamaño de un huevo y las bolearemos entre las dos manos. Que queden muy redondas. Luego las aplastamos con ambas palmas y si se nos abren los bordes un poco, repasamos la superficie con los dedos húmedos con un poco de agua. Aplastaremos, hasta que tengan un espesor de un dedo más o menos.

Luego untamos la plancha (parrilla, budare o sartén antiadherente) con un poco de aceite, y colocamos las arepas encima a fuego medio, más o menos 5 minutos por cada lado.

Una vez marcadas, y con este espesor, estará aún algo crudas por dentro, tendrán entonces 2 opciones. Una es mantenerlas en la plancha durante 10 minutos más por cada lado pero ya a fuego bajo, o hasta que vean que se abomben por la superficie un poco, o bien meterlas al horno por 15 minutos a 180°, de esta última manera queda más ricas.

A rellenarlas con la mezcla del pollo y listo!!!!

NOTA

Las arepas se pueden también freír en abundante aceite

Se pueden rellenar con lo que más les guste, una carne mechada, carne picada, jamón y queso, caraoatas negras y queso blanco rallado.