

# Arepa

Tiempo de preparación: 60 Min



## Ingredientes

**Aceite Vegetal:** 40 c.c.

**Azúcar:** 10 grs

**Manteca derretida:** 80 Gramos

**Agua:** 400 c.c.

**Harina de maíz para arepas:** 200 Gramos

**Sal:** 10 Gramos

## Preparación de la Receta

- En un bowl verter *harina* de maíz, azúcar y sal.
- Añadir *manteca* derretida, agua y revolver hasta unir los ingredientes.
- La masa puede parecer no muy espesa al principio pero luego absorbe el líquido.
- Amasar la mezcla por 8 minutos aproximadamente hasta que no se pegue en las manos.
- Dividir la masa partes de 100 gramos, dar forma de bollo y aplanarlo con las palmas de las manos hasta lograr un disco de 1cm de espesor.
- Estirar con palote y cortar discos de 7 cm de diámetro.
- Calentar una sartén con el aceite vegetal y *dorar* suavemente por ambos lados.
- Abrir y rellenar, en este caso con *pollo*, *palta*, *tomate* y *lechuga*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/arepa>