



Arepas

Description

Arepas or Corn Cakes are very popular appetisers or accompaniment to many of our dishes. Perfect at any time and filled with meat cheese or eggs, in almost every region of Colombia we have different versions.

Arepas or Corn Cakes (English version below)

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 10 minutos

Masa para 20 arepas sencillas y medianas aprox. o 12 Rellenas de queso aprox.

Ingredientes

- 250 gramos de Harina para arepas de maíz pre cocida (o harina pre cocida para tortillas mejicas pero ver nota)
- 100 gramos de mantequilla derretida
- 1 cucharada de aceite
- 1 taza de agua caliente
- 1 cucharadita de sal
- 200 gramos de Queso doble crema o queso mozzarella (Opcional)

Preparación

1. En un recipiente mezclar la harina, aceite, sal y mantequilla.
2. Verter el agua caliente lentamente y revolver con una cuchara a medida que se va agregando más agua.
3. Mezclar muy bien hasta que conforme una masa consistente, dejar reposar por 10 minutos o hasta que sea posible manipularla.
4. Tomar una pequeña porción y colocarla en un superficie plana cubierta con una bolsa plástica o vinilo.
5. Dejar la masa dentro de la bolsa y luego usar un rodillo para aplanarla.
6. Precalentar una parrilla para asar o grill a fuego medio.
7. Con un cortador de galletas u otro cortador hacer círculos del tamaño deseado. Y se pueden colocar en la parrilla para asar
8. Si se quieren arepas rellenas con queso u otro ingrediente, hacer dos círculos de mismotamaño y luego poner el relleno en medio y cerrar, presionando suavemente las dos arepas.

Nota:

- Si se usa la harina mexicana para hacer las arepas agregar también 1 cucharada de harina de trigo por cada 100 gramos de harina.
- Se pueden hacer varias arepas al mismo tiempo y luego asarlas o.
- Se pueden empacar en bolsas individuales y congelarlas

Corn Cakes (English version)

Preparation time: 15 minutes

Cooking time: 10 minutes

Mass for 20 arepas simple and medium approx. Stuffed with cheese 12 approx.

Ingredients

- 250 grams of flour for precooked corn arepas (or pre-cooked flour for Mexican's tortillas but see note).
- 100 grams of melted butter.
- 1 tbsp of olive oil.
- 1 cup of hot water.
- 1 teaspoon of salt.
- 200 grams of double cream cheese or mozzarella cheese (optional)

Preparation

1. In a bowl mix flour, oil, salt and butter.
2. Pour the hot water slowly and stir with a spoon as it is adding more water.
3. Mix well until a stiff dough, let stand for 10 minutes or until it can be manipulated.
4. Take a small portion and place it on a flat surface covered with a plastic bag or vinyl.
5. Leave the dough in the bag and then use a rolling pin to flatten.
6. Pre-heat a grill to roast or grill over medium heat.
7. With a cookie cutter or other cutter, cut to the desired size circles. And you can put on the grill for roasting
8. If you want arepas filled with cheese or other ingredients, make two circles of equal size and then put the stuffing in the middle and close smoothly pressing the two arepas.

Note:

- If using Mexican flour to make corn cakes you have also add 1 tbsp of plain flour per 100 grams of corn flour.
- You can do several corn dumplings at once and then roasting or.
- Can be packed in individual bags and freeze.