

AREPAS CON JUREL UNICO



PORCIONES

5

DIFICULTAD

Fácil

PREPARACIÓN

Para las arepas:

1. Mezclar la harina de maíz con la sal y el agua. Dejar hidratar 30 minutos.
2. Formar bolitas, aplastarlas y cocinarlas en un sartén seco, volteándolas cada 3 minutos. Reservar.

Para el relleno:

3. Desmenuzar el jurel en un bol y reservar.
4. Picar la mitad de la palta en cubitos, mezclarla con la cebolla.
5. Moler la otra mitad de la palta. Añadir el jurel y mezclar.
6. Aderezar con el yogur, mostaza, jugo de limón, cilantro, sal y pimienta. Mezclar bien.

Para el armado:

7. Cortar las arepas sin llegar hasta el final. Poner adentro el relleno de jurel y queso un poco de queso rallado.

TIEMPO ESTIMADO

40 minutos

INGREDIENTES

- 1 lata de Jurel UNICO al natural
- 1 $\frac{3}{4}$ tazas de harina de maíz precocido para arepas
- 1 cucharadita de sal
- 1 $\frac{3}{4}$ tazas de agua
- 1 palta
- $\frac{1}{2}$ taza de cebolla picada
- 2 cucharadas de yogur natural o mayonesa
- 1 cucharada de mostaza
- 2 $\frac{1}{2}$ cucharadas de jugo de limón
- Cilantro o perejil picado a gusto
- $\frac{3}{4}$ taza de queso mantecoso rallado
- Sal y pimienta a gusto

