

Arepas con carne mechada

Tempo di preparazione: 120 min

Dificultad: Medio

Carne

- Ajo pelados: 2 dientes
- Ajoporo: 1 tallo
- Ají grande: 1 cortado por la mitad
- Carne para mechar (falda): 1 kilo
- Cebolla: 1/2
- Rama de cilantro: 1

Ingredientes

- Aceite: 4 cucharadas
- Agua: 1 y 1/4 de tazas
- Ajíes dulces finamente picados (pueden ser más o menos dependiendo del gusto): 4
- Caldo de carne (reservado de la cocción anterior): 1 taza
- Cebolla mediana finamente picada: 1
- Cilantro fresco finamente picado: 1 Cucharada
- Comino el polvo: 1/2 cucharadita
- Dientes de ajo grandes picados: 3
- Harina de maíz precocida: 1 taza
- Pimentón rojo y bonito, finamente picado: 1/2
- Sal: 1/2 cucharadita
- Sal y pimienta: al gusto
- Salsa inglesa (opcional): 1 cucharadita
- Semillas de ajonjolí, chía, afrecho (opcional): 1 cucharada



Preparación

La carne mechada es versátil y forma parte de nuestra identidad como venezolanos. En esta receta la uso para rellenar nuestras famosas arepas pero también puedes usarla como relleno para empanadas, burritos, tostadas o como parte fundamental de nuestro pabellón criollo: con arroz, caraotas negras y tajadas de plátano macho fritas.

Siéntete libre de duplicar las cantidades para usarla en otras preparaciones, puedes guardar la carne sobrante en la nevera por 4 días o congelada hasta por 3 meses (en envases herméticos).

Llevar todo a una olla mediana, cubrir con agua, tapar y dejar hervir a fuego medio hasta que la carne ablande. apagar, retirar la carne y reservar hasta que enfríe. Una vez fría separar las hebras con un tenedor. Colar y reservar el caldo sobrante.

Calentar el aceite en una sartén y sofreír los aliños (cebolla, ajo, pimentón y ají dulce) hasta que la cebolla transparente, 3 minutos aproximadamente. agregar el comino, y la salsa inglesa. Añadir la passata Pomì y el caldo, revolver y dejar hervir a fuego medio por 20 minutos hasta que reduzca (pero no se seque del todo). Añadir el cilantro, corregir la sal y la pimienta. Reservar.

Mezclar los ingredientes, dejar reposar 5 minutos y amasar por 1 minuto.

Dividir la masa en 4 porciones iguales, formar pequeñas bolas y aplanar con las manos hasta obtener discos de 10 cm de diámetro. Cocer en un budare o sartén caliente 5 minutos por lado.

Abrir las arepas calientes con un cuchillo, rellenar con la carne mechada (y opcionalmente queso amarillo rallado). Consumir de inmediato.

For this recipe we used:

Pulpa de Tomate 1
taza

