



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AREPA (VENEZUELA)

<https://www.lezzetsirri.com>

2 su bardağı mısır unu
1/2 su bardağı lor peyniri
1 tatlı kaşığı tuz
1 su bardağı soğuk süt
1 su bardağı soğuk su

Derin bir kaba mısır ununu koyun.Ortasını açarak içine tuzu, elinizle biraz daha ufalayarak lor peynirini, 1 bardak sütü ve bir bardak suyu koyup parmak uçlarınız ile yoğurun. Eğer hamurunuz katı olursa biraz daha süt veya su ekleyebilirsiniz. Yoğurduktan sonra hamurun üstünü örterek 5 dakika kadar dinlendirin. Daha sonra 10 eşit parçaya ayırın. Her birinden, avucunuzun içinde yuvarlayarak küçük toplar yapın. Mısır toplarını, üzerlerine hafifçe bastırarak yassıtın. Daha sonra varsa bir sacı yoksa altı kalın bir tavayı kızdırın. Hafifçe yağlayarak, Arepa'ların her iki tarafını, altın gibi kızarıncaya kadar, 5 dakika pişirin. Daha sonra fırın tepsisine koyarak 180 derecede kızdırdığınız fırında 20 dakika pişirin. Fırında pişirme sırasında Arepa'ları birkaç kere çevirin piştikten sonra fırından çıkarın ve sıcak olarak servis yapın.

Arepa bir çeşit mısır ekmeğidir ve yemeklerin yanında olduğu gibi yenmesinin yanı sıra çeşitli içlerle doldurularak da servis yapılabilir.

