

# Arepas

Sugerido por: Receitas Secretas



## Ingredientes:

2 chávenas farinha especial arepas (pode ser adquirida por exemplo, no El Corte Ingles)  
1/2 colheres de chá de sal  
3 chávenas de água a ferver  
3 colheres de sopa de óleo

## Preparação:

Pré-aqueça o forno a 200°C.

Numa tigela grande, misture a farinha e o sal.

Junte 2,5 chávenas de água a ferver e misture com uma colher de pau de modo a formar uma massa.

Cubra com um pano ou película aderente e deixe repousar durante 5 a 10 minutos.

Separe cerca de 1/4 de chávena de massa e, com as mãos molhadas, faça bolas e depois pressione para formar um bolo de cerca de 7,5 cm de largura e 2 cm de espessura.

Repita até usar a totalidade da massa.

Se a massa rachar nas extremidades, misture um pouco mais de água e tente novamente formar os bolos.

Aqueça o óleo numa caçarola ou frigideira em fogo médio-alto.

Salteie a massa 5 a 6 minutos deixando formar uma crosta dourada num dos lados. Vire e deixe dourar o outro lado.

Quando todas as unidades estiverem douradas, transfira-as para uma assadeira e asse no forno por 15-20 minutos ou até que façam um som oco quando batido ligeiramente.

Sirva imediatamente.

## Sugestão:

Pode rechear com vários elementos, como por exemplo queijo e fiambre, carne picada, vegetais, etc.