

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: + de 2 horas

Dificultad: Intermedia

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Tradicional

Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 8 personas :

- Para las arepas:
- 400 g de harina de maíz precocida
- 2 cucharadas de aceite
- 550 ml de agua
- Sal
- Para la carne mechada:
- 1 kg de morcillo de ternera
- 2 tomates
- 2 cebollas
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo
- 5 dientes de ajo
- 300 ml de vino blanco
- Pimienta negra
- Sal
- Para la salsa:
- 1/2 aguacate
- 1/2 pimiento verde
- 1/2 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 3 cucharadas de vinagre
- 1 manojo de cilantro
- 5 cucharadas de aceite de oliva
- Pimienta negra
- Sal
- Además:
- Queso Gouda en lonchas

Preparación:

Paso 1

Sellamos la carne en una sartén con un poco de aceite. Sacamos la carne y en la misma sartén sofreímos la cebolla, el ajo, el tomate y el pimiento. Metemos el sofrito y la carne en una olla junto con el vino blanco, la pimienta y la sal. Cubrimos con agua, tapamos y dejamos cocinar a fuego medio durante 4 horas.

Desmenuzamos la carne, trituramos la verdura con el caldo y lo volvemos a meter todo. Lo dejamos a fuego lento unos minutos. Para hacer la salsa batimos con la batidora todos los ingredientes hasta que tengan una consistencia cremosa. Para las arepas: Ponemos en un bol la harina y la sal y mezclamos, añadimos el agua y el aceite y mezclamos hasta que podamos amasar. Cuando la tengamos bien amasada formamos bolitas y las aplanamos. Freímos en abundante aceite caliente. Abrimos las arepas por la mitad y sobre una de las partes le ponemos una loncha de queso, un poco de carne y un poco de salsa. Cubrimos con la otra parte.