

Arepas

300 g de farine de maïs blanc précuite (masarepa ou harina PAN)

400 ml d'eau tiède

1 cuillère à café de sel

1. Dans un grand bol, mélangez la farine de maïs et le sel.
2. Ajoutez progressivement l'eau tiède tout en remuant avec vos mains, jusqu'à obtenir une pâte épaisse et homogène. Pétrissez la pâte pendant quelques minutes.
3. Laissez-la reposer pendant environ 10 minutes pour qu'elle absorbe l'eau.
4. Divisez la pâte en quatre portions égales et façonnez-les en boules.
5. Placez une boule de pâte entre deux morceaux de film plastique ou de papier sulfurisé et aplatissez-la à l'aide d'un rouleau à pâtisserie jusqu'à obtenir une galette d'environ 1 cm d'épaisseur.
6. Répétez l'opération avec les autres boules de pâte.
7. Chauffez une poêle antiadhésive à feu moyen.
8. Placez les galettes dans la poêle et faites-les cuire pendant environ 7 à 10 minutes de chaque côté, ou jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
9. Retirez les arepas de la poêle et laissez-les refroidir légèrement avant de les servir.