

## RECETAS DE COCINA DE VENEZUELA

### **Arepas**

**Ingredientes:** 1 taza de harina de maíz blanco precocida (harina Pan), 1 taza y 1/2 de agua mineral templada por cada taza de harina, cucharadas soperas de aceite oliva suave, aunque también puede ser de maíz o girasol. Aceite de girasol para freírlas.

Relleno: queso, jamón cocido, atún, etc.

**Preparación:** Poner en un cuenco amplio la harina, la sal, el aceite y le añadimos el agua templada poco a poco. Lo amasamos, deshaciendo los grumos que puedan formarse. Dejamos descansar la masa 10 minutos como mínimo.

En este tiempo, veremos que la masa se ha quedado más seca, la harina ha seguido absorbiendo agua. Debe quedar una masa manejable, pero no dura.

Formamos bolas con la masa, todas del mismo tamaño (las hago de 125 grs)

Cuando tenemos todas las bolas formadas, las aplanamos con las palmas de las manos y vamos dando forma a los bordes. Si vemos que las arepas se agrietan por los bordes es porque la masa está demasiado seca.

Para hacer las arepas nos iremos mojando las manos en agua para poderlas trabajar mejor. Cuando están todas formadas, sólo nos queda freírlas.

Para freírlas, no hace falta que se sumerjan en el aceite, con que pongamos un dedo de aceite en la sartén será suficiente. Dejarlas a fuego medio hasta que están doradas por ambos lados.

Las vamos sacando de la sartén y es importante que eliminemos bien el exceso de aceite. Lo mejor es ir sacándolas de la sartén y mantenerlas un poco sobre la paleta y ya después, las pasamos a un plato con papel absorbente.

Ya sólo queda que las sirvamos y las rellenemos de lo que más nos guste.

### **Conejo en coco**

**Ingredientes:** 2 kilos de conejo, 100 gramos de mantequilla sin sal, 2 tazas de leche de coco, 6 dientes de ajo machacados, 2 cebollas ralladas, 1 pimentón picadito, 5 tomates finamente picados, sin piel sin semillas, 2 ajíes dulces picaditos, 1 taza de caldo de pollo, Sal y pimienta al gusto, 1 cucharada de salsa inglesa

**Preparacion:** Lave y corte en presas el conejo. Adóbelo con los ajos, la cebolla, la salsa inglesa, la pimienta y la sal, déjelo reposar por unas horas.

En un caldero, caliente la mantequilla agregue una cucharadita de aceite para que no se queme, fría las presas escurridas hasta que estén doradas. Añada el adobo que usó para sazonar el conejo, ajos, pimentón, tomates y el caldo de pollo. Deje a fuego lento hasta que la carne esté casi blanda.

Agregue la leche y deje a fuego muy lento hasta que ablande completamente y la salsa espese. Sirva caliente

## **Besitos de coco**

**Ingredientes:** 3 tazas de coco rallado , 80 g de manteca a temperatura ambiente, 1/2 taza de harina , 4 yemas de huevo , 2 cucharaditas de ralladura limón , 1 taza de azúcar, 1/2 cucharadita de esencia de vainilla , 1/2 cucharadita de sal

**Preparación:** Mezcla el coco rallado con la manteca, la harina, las yemas, ralladura de limón, azúcar, esencia de vainilla y la sal. Forma con las manos bolitas del tamaño de una nuez grande y coloca en una fuente o molde.

Pon la fuente en horno moderado durante 20 minutos aproximadamente, ponerlos en la parte alta, así se doran ligeramente. Retira del horno y, si quieres decora espolvoreando con ralladura de limón y azúcar.