



Arepa Reina Pepiada

Chicken Avocado Arepas

LIBRE DE GLUTEN / Gluten-free

Ingredientes:

Para las Arepas:

- 2 tazas de harina **Juana**® de maíz blanco precocida
- 2 ¼ tazas de agua
- 1 cucharadita de sal

Para el relleno:

- 1 pechuga de pollo cocida y deshebrada
- 1 diente de ajo
- ½ taza de cebolla morada cortada en cuadritos
- 2 aguacates maduros

- 3 cucharadas de mayonesa
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharada de jugo de limón
- Sal y pimienta al gusto

Modo de preparación:

En un tazón, vacíe el agua, agregue la sal y disuelva. Agregue poco a poco la harina **JUANA**® mientras que revuelve el agua con la harina. Una vez incorporada toda el agua, amase de 2 a 3 minutos hasta obtener una masa muy suave. Déjela reposar por 5 minutos.

Divida la masa en 10 bolitas de aproximadamente 3 onzas (85 g) cada una y con las manos palmea cada bolita de masa para formar las arepas. En un sartén a fuego medio cocine las arepas por ambos lados hasta que estén completamente cocidas.

En otro tazón, mezcle el pollo y el resto de los ingredientes y sazone con sal al gusto y pimienta negra. Corte las arepas horizontalmente hasta la mitad y rellene con el guiso de pollo.

Ingredients:

For the Arepas:

- 2 cups of **Juana**® pre-cooked white corn meal
- 2 ¼ cups of water
- 1 teaspoon of salt

For the filling:

- 1 chicken breast, cooked and shredded
- 1 garlic clove
- ½ cup of red onion, chopped
- 2 ripe avocados

- 3 tablespoons of mayonnaise
- 1 tablespoon of olive oil
- 1 tablespoon of lime juice
- Salt and pepper to taste

Preparation:

In a bowl, pour the water, add salt, and dissolve. Slowly add **JUANA**® flour while mixing the water and the flour. Once the water has been completely incorporated, knead for 2 to 3 minutes until a very soft masa is obtained. Let it rest for 5 minutes.

Divide masa into 10 masa balls of approximately 3 ounces each. Pat with your hands each one of the masa balls to form a patty (arepa). In a pan at medium heat, cook arepas on both sides until completely cooked.

In another bowl, mix all ingredients and season with salt and pepper to taste. Slice arepas halfway horizontally and fill with the chicken mix.