

Arepas de plátano maduro rellenas de queso

Las [arepas](#) de plátano maduro son una de esas recetas que combinan lo mejor del sabor dulce del plátano con un relleno salado de queso fundido. Son muy típicas de **Venezuela y Colombia**, donde se disfrutan sobre todo en el desayuno o la merienda.

Ingredientes

Para 6 unidades

- Plátano macho 2
- Azúcar 5 g
- Harina de maíz precocida (amarilla) 100 g
- Mantequilla 40 g
- Sal 3 g
- Queso Mozzarella rallado

Cómo hacer Arepas de plátano maduro

Dificultad: Fácil

- Tiempo total 55 m
- Elaboración 35 m
- Cocción 20 m

Corta los plátanos con piel en 2 o 3 trozos y cuécelos en agua hirviendo durante 15–20 minutos, hasta que estén bien blandos. Luego escúrrelos, deja que se enfríen un poco, quítales la piel y aplástalos hasta hacer un puré.

Al puré de plátano **añade la mantequilla, la sal y el azúcar** . Mezcla bien y luego **incorpora poco a poco la harina de maíz**. Lo ideal es empezar con 100 gramos e ir añadiendo más solo si hace falta, ya que la cantidad puede variar según el tamaño y madurez de los plátanos. Amasa con las manos hasta que quede una masa compacta y suave. Si está muy seca, puedes añadir un chorrito de agua; si está muy pegajosa, un poco más de harina.

Divide la masa en 6 partes. Toma una porción, haz una bola y aplástala con las manos para formar un disco. Coloca un poco de queso en el centro y cierra la masa. Luego aplana ligeramente para darle forma de arepa.

Calienta una sartén con un poco de aceite o mantequilla y **cocina las arepas a fuego medio-bajo** durante 5–7 minutos por cada lado,

hasta que estén doradas y crujientes por fuera.

La Mañana Digital