

AREPA EN CALLANA

Por Aníbal Criollo. Cocinero en la laguna de la Cocha, Nariño



Dirección: Cra 23 No. 18-61 Tercer piso
Teléfonos: +(57) 301 433 81 76 +(57) 318 7724784
Código Postal 520001 Correo electrónico: ossan@narino.gov.co
Observatorio de Soberanía y Seguridad Alimentaria y Nutricional - www.obssan-narino.wixsite.com/siwweb
- Es su responsabilidad ecológica imprimir este documento

Ingredientes

- ✓ 1 kg de harina de trigo
- ✓ 200 gr de salvado
- ✓ 200 gr de queso
- ✓ 100 gr de cuajada agria
- ✓ 100 ml de agua leche
- ✓ Una pizca de bicarbonato
- ✓ Sal y azúcar al gusto

Mezclar todos los ingredientes en un recipiente hondo.

Prensar la masa con un rodillo, moldear y llevar a asar al fuego de leña o carbón sobre una callana de barro.

