

RECETARIO VIRTUAL SUPUKO MIKUY

RECETAS DE PLATOS VENEZOLANOS

HALLACAS

Ingredientes (20 porciones)

- 3 kilos o paquetes de hojas de plátano
- 1 kilo de harina pan
- ½ litro de aceite
- 3 cucharadas de onoto (achote)
- 1 kilo de carne de res
- 1 gallina
- ½ kilo de aceitunas
- ½ kilo de alcaparras
- ½ kilo de pasas
- ½ kilo de pimientos rojos y verdes
- 1 kilo de cebolla
- ¼ kilo de ajos
- Comino
- Sal
- 1 sobre de sazónador
- 1 sobre de ají de color
- Pimienta (opcional)

Preparación

Se limpian las hojas de plátano.

Cocinar la gallina en agua con sal hasta que la carne esté blanda y cortar en trozos.

En un recipiente se prepara el guiso de carne (la carne debe estar precocida en agua y sal). En una sartén sofreír cebolla, pimiento y ajos. Agregar sazónador, sal, pimienta, comino y ají de color. Incluir la carne en trozos y mezclar. Dejar enfriar.

La masa de la hallaca se prepara mezclando la harina pan con el aceite (previamente preparado con onoto) y se va incorporando el caldo en el que se cocinó la gallina, o con agua tibia, hasta obtener una masa suave y homogénea.

Para armar las hallacas se unta la hoja de plátano con aceite y ají de color. Se coloca una porción de masa bien esparcida en la hoja. Se acomoda la carne encima de ella y se va agregando el pimiento, cebolla, alcaparra, aceituna, pasas

y el trozo de gallina. Se cierra y se amarra con pabilo o piola. Se ponen a cocinar por media hora más.