Las Famosas Arepas de Vieques

Esta receta es de una gran cocinera viequense, Epifania Vélez (Doña Fana) del barrio Destino, (QPD).

1/2 lb. harina
1/4 cda. baking soda
1/8 lb. manteca

Prepare un vaso de 8 onzas de agua con sal a gusto. Ponga todos los ingredientes, excepto el agua con sal, en un cacharro grande.

Poco a poco añada el agua con sal mientras mezcla con las manos todos los ingredientes. Siga añadiendo el agua hasta que todos los ingredientes unan en una masa y la masa no se le pegue a los dedos. Deje la masa descansar por una hora.

Después de la hora, divida la masa en bolas de la mitad del tamaño de un puño. Ponga las bolas en un platón y dejelas descansar media hora. Después de la media hora, coja las bolas de masa y deles forma de disco y coloquelas en una hoja de hornear de metal.

Pre-caliente el horno a 300 F. Coloque las arepas en el horno y hornée por 10 a 15 minutos, voltée las arepas. Hornée por 10 minutos más o hasta que las arepas se vean doradas. Sírvalas con habichuelas guisadas con patitas.

Nota: Fueron muchas décadas que los hijos y nietos de Epifania Velez y Eulogio Bermúdez, del Barrio Destino de Vieques, comieron de las arepas asadas de Doña Fana.