



15
MINUTOS



15
MINUTOS



10 MITADES
DE PITAS

PITAS RELLENAS DE CARNE (ARAYES)

Instrucciones:

1. Agregar todos los ingredientes del relleno en un recipiente mediano, mezclar suavemente con las manos hasta que estén bien integrados (no trabajar demasiado la mezcla o la carne quedará dura).
2. Cortar cada pita por la mitad para formar bolsillos, abrir cada bolsillo con cuidado para que no se rompan.
3. Dividir la mezcla de carne en ocho porciones. Colocar una porción en cada bolsillo de pita. Extender la pita sobre una superficie plana y usar la palma de la mano para presionar y extender la mezcla en una capa delgada y uniforme de modo que la carne cubra completamente el interior.
4. Calentar una sartén grande a fuego medio-bajo (esto es importante para evitar que se queme) y rociar generosamente con aceite de oliva y colocar tantas pitas rellenas como quepan cómodamente en una sola capa.
5. Cocinar de 4 a 5 minutos por lado, presionando suavemente con una espátula, hasta que las pitas estén doradas y crujientes y la carne esté bien cocida. Colocar cada pita rellena sobre el lado de la carne de 30 a 60 segundos para sellar el borde. Repetir con el resto de las pitas, rociando la sartén con más aceite según sea necesario.
6. Mientras se cocinan, mezclar todos los ingredientes de la salsa hasta obtener una consistencia suave.
7. Servir la pita rellena con la salsa, cilantro y si quieres una ensaladita de pepino con tomates y limón y queda una delicia, a disfrutar y ser feliz.

Ingredientes:

Para hacer las pitas:

- 1 lb. de carne molida de res
- 1 cucharada de ajo recién picado
- 1 cebolla pequeña, bien picada
- 1 cucharadita de comino molido
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- ½ cucharadita de cilantro en polvo
- 1 ½ cucharadita de sal marina
- ¼ cucharadita de pimienta negra
- 2 cucharadas de cilantro fresco finamente picado (se puede sustituir por perejil de hoja plana)
- 5 panes de pita medianos

Para la salsa de yogurt con ajo:

- ¾ taza de yogurt griego
- 1 cucharada de jugo de limón fresco (½ limón)
- ½ cucharadita de ajo recién picado
- ½ cucharadita de pimentón dulce
- ½ cucharadita de sal marina, o al gusto