



# SOPA DE POLLO CON CUSCÚS PERLADO

## Instrucciones:

1. Colocar una olla grande a fuego medio-alto y agregar aceite. Una vez caliente, agregar el ajo, la cebolla, las zanahorias y el apio; cocinar durante unos minutos hasta que la cebolla esté translúcida.
2. Luego, añadir el jengibre rallado, la cúrcuma, saltear durante 30 segundos para que las especias se cocinen un poco, luego agregar el caldo de pollo, la pechuga de pollo, el tomillo, la sal y la pimienta.
3. Dejar hervir y luego incorporar el cuscús perlado, el pollo debe estar cubierto por el caldo, así que asegurarte de colocarlo hasta el fondo.
4. Reducir el fuego a medio-bajo y cocinar a fuego lento sin tapar durante 15 minutos o hasta que el pollo esté completamente cocido.
5. Una vez cocido, retirarlo y pasarlo en un recipiente y desmenuzar con dos tenedores. Volver a colocar el pollo en la olla, si notas que no tiene suficiente caldo, puedes agregar otra taza. Cada persona tiene un gusto diferente. Probar y ajustar la sazón si es necesario. Disfrutar y ser muy feliz.



10  
MINUTOS



25  
MINUTOS



6 A 8  
PORCIONES

## Ingredientes:

- 1 cucharada de aceite de aguacate o aceite de oliva
- 6 dientes de ajo picados
- 1 cebolla amarilla picada
- 2 zanahorias grandes cortadas en rodajas finas
- 2 tallos de apio picados gruesamente
- 1 cucharada de jengibre fresco rallado
- 1 cucharadita de cúrcuma molida
- ¼ cucharadita de pimienta en polvo
- 6 tazas de caldo de pollo
- 1 libra de pechuga o muslos de pollo, deshuesados y sin piel
- 1/2 cucharadita de tomillo
- ½ cucharadita de sal
- 1 taza de cuscús perlado

## Notas:

\*Puedes sustituir el cuscús perlado por arroz para hacer una versión sin gluten, o por cualquier otro tipo de pasta corta según lo que tengas en tu despensa.