



# Sopa de fideos y pollo en olla eléctrica de cocción lenta

Porciones: 6 | Tiempo de preparación: 5 min | Tiempo total: 3-4 horas o 6-8 horas

**Equipamiento:** Olla de cocción lenta

**Utensilios:** Tenedor, tazas y cucharas medidoras

## Ingredientes

1lb de pechuga de pollo deshuesada y sin la piel  
3 tallos de apio, en rebanadas  
4 zanahorias, peladas y cortadas en rebanadas  
1 cebolla mediana, en dados  
2 dientes de ajo, picado O 2 cucharaditas de ajo en polvo  
1 cucharada de tomillo fresco O ½ cucharada de tomillo seco  
1 cucharada de romero fresco O ½ cucharada de romero seco  
1 cucharadita de pimienta negra  
¾ cucharadita de sal (opcional)  
8 tazas de caldo de pollo sin grasa  
8 onzas de fideos de huevo

## Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios, las tapas de las latas y las verduras.
2. Agregue el pollo, el apio, las zanahorias, la cebolla, el ajo, el tomillo, el romero y la pimienta negra en la olla de cocción lenta.
3. Vierta el caldo de pollo.
4. Cocine a temperatura alta por 3-4 horas o a temperatura baja por 6-8 horas.
5. Durante los últimos 15 minutos, retire la pechuga de pollo. Triture con un tenedor.
6. Pruebe la sopa, agregue sal según sea necesario. Agregue el pollo rallado y los fideos de huevo, luego mezcle. Cubra con la tapa y cocine durante los últimos 15 minutos.

## Información nutricional:

Calorías 310

Grasas totales 7g

Sodio 350mg

Carbohidratos totales 35g

Proteína 28g