



Sopa de fideos y pollo en olla eléctrica de cocción lenta

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