Abbott

TRES SOPITAS PARA COMPLEMENTAR TU PEDIALYTE® MAX 60

Pedialyte MAX 60

Abbott

SOPA DE

ARROZ Y ZANAHORIA

Pedialyte® Max 60

Abbott

RECETA

INGREDIENTES

- ZANAHORIA GRANDE 1
- CEBOLLA PEQUEÑA 1
- TAZA DE ARROZ ½ TAZA (100 G)
- RAMA DE CILANTRO O PEREJIL 1
- EL ZUMO DE ½ LIMÓN
- CALDO DE POLLO 3 TAZAS (750 ML)
- RAMA DE MENTA 1
- ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA
- PECHUGAS DE POLLO A LA PLANCHA, SIN SU PIEL 2 (UNOS 150 G)

PREPARACIÓN

- CALENTAR EN UNA OLLA EL CALDO DE POLLO.
- INCORPORAR LA ZANAHORIA PELADA Y PICADA EN PEQUEÑOS TROZOS, ASÍ COMO LA CEBOLLA PICADA EN DOS.
- UNA VEZ QUE HIERVA, AGREGAR EL ARROZ, EL PEREJIL, EL CILANTRO Y LA MENTA.
- DEJAR COCINAR A FUEGO LENTO, AL MENOS 20 MINUTOS O HASTA QUE EL ARROZ ESTÉ SUAVE Y LA ZANAHORIA COCIDA.
- RETIRAR LA CEBOLLA Y LAS HIERBAS.
- RECTIFICAR EL PUNTO DE SAL.
- PICAR LAS PECHUGAS DE POLLO EN TIRAS LARGAS Y COLOCAR EN LA PLANCHA, CONDIMENTADAS SOLAMENTE CON SAL. NO UTILIZAR NINGÚN TIPO DE ADEREZOS NI ALIÑOS.
- SERVIR COLOCANDO LAS TIRAS DE POLLO POR ENCIMA, ROCIADAS CON UNAS GOTITAS DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA Y UN CHORRITO DE LIMÓN.

SOPA DE ARROZ Y ZANAHORIA

Pedialyte® Max 60

Abbott

SOPA CON FIDEOS,

APIO Y ZANAHORIA

Pedialyte® Max 60

Abbott

RECETA

INGREDIENTES

- PECHUGAS DE POLLO, SIN SU PIEL 2 (120 G)
- APIOS PEQUEÑOS 2
- ZANAHORIAS MEDIANAS CORTADAS EN TROCITOS 3
- PATATAS CORTADAS EN PEQUEÑOS DADOS 2
- PUERRO 1
- CEBOLLA GRANDE PICADA EN DOS 1
- RAMITAS DE PEREJIL 4
- FIDEOS PARA SOPAS 2 TAZAS (250 G)
- AGUA 8 TAZAS (2 LITROS)
- SAL (AL GUSTO)

PREPARACIÓN

- SAZONAR CON UN POCO DE SAL LAS DOS PECHUGAS DE POLLO.
- LAVAR Y PICAR TODAS LAS VERDURAS. COLOCAR EN LA OLLA CON LOS DOS LITROS DE AGUA A FUEGO ALTO.
- INCORPORAR LAS DOS PECHUGAS DE POLLO. DEJAR QUE HIERVAN AL MENOS 10 MINUTOS.
- AGREGAR LAS RAMITAS DE PEREJIL. MANTENER EN EL FUEGO HASTA QUE LAS PATATAS Y LAS ZANAHORIAS SE ABLANDEN.
- INCORPORAR LOS FIDEOS Y DEJAR HERVIR CINCO MINUTOS.
- AL SERVIR, SE PUEDE COLOCAR PAN TOSTADO EN PEQUEÑOS TROCITOS. ESTE COMPLEMENTO OFRECE UN CRUJIENTE ACABADO, PARA ADULTOS Y NIÑOS.

SOPA CON FIDEOS, APIO Y ZANAHORIA

Pedialyte Max 60

Abbott

CONSOMÉ DE GALLINA

Pedialyte Max 60

Abbott

RECETA

INGREDIENTES

- PECHUGAS DE POLLO, SIN SU PIEL 2 (120 G)
- APIOS PEQUEÑOS 2
- ZANAHORIAS MEDIANAS CORTADAS EN TROCITOS 3
- PATATAS CORTADAS EN PEQUEÑOS DADOS
- PUERRO 1
- CEBOLLA GRANDE PICADA EN DOS 1
- RAMITAS DE PEREJIL 4
- FIDEOS PARA SOPAS 2 TAZAS (250 G)
- AGUA 8 TAZAS (2 LITROS)
- SAL (AL GUSTO)

PREPARACIÓN

- LAVAR BIEN LA GALLINA Y QUEMAR AL FUEGO POSIBLES RESTOS DE PLUMAS.
- LIMPIAR TODAS LAS VERDURAS, CORTARLAS EN DOS Y COLOCARLAS EN UNA OLLA GRANDE.
- AGREGAR LOS DOS LITROS DE AGUA A LA OLLA. SEGUIDAMENTE, SUMAR EL AJO, EL PUERRO Y LAS RAMITAS DE PEREJIL. POR ÚLTIMO, INCORPORAR LA GALLINA.
- COLOCAR LA OLLA A FUEGO FUERTE. CUANDO COMIENCE A HERVIR, BAJAR EL FUEGO. COCER DURANTE, AL MENOS, DOS HORAS O HASTA QUE LA GALLINA ESTÉ TIERNA.
- AGREGAR SAL AL GUSTO Y DEJAR CINCO MINUTOS MÁS.
- PARA SERVIR SE DEBE COLAR EL CALDO. ESCOGE UN PLATO HONDO Y COLOCA POR ARRIBA PEDACITOS DE PAN TOSTADO.

CONSOMÉ DE GALLINA

Pedialyte® Max 60