

Sopa asiática de pollo, zanahoria y huevo

Tiempo total **30 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación 20 Mins. Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
1.800 kJ / 430 Kcal

Grasas: **14 g** Proteínas: **28 g**
Carbohidratos: **42 g**

INGREDIENTES

2 porciones

1 cucharada de aceite vegetal
0,5 cebolla
0,5 guindilla roja, finamente picada
1 diente de ajo, finamente picado
0,5 cucharadita de jengibre rallado
1 zanahoria
1 pimiento rojo
150 g de pechuga de pollo
1,5 cucharada Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
600 ml de caldo de pollo o agua
1 huevo
2,5 cucharadas de harina de trigo

PREPARACIÓN

Pasos 1

1 cucharada de aceite vegetal - **0,5** cebolla - **0,5** guindilla roja, finamente picada - **1** diente de ajo, finamente picado - **0,5 cucharadita** de jengibre rallado - **150 g** de pechuga de pollo - **1 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
Pique la cebolla y sofríala junto con la guindilla, el ajo picado y el jengibre rallado en el aceite vegetal. Incorpore el pollo en tiras y la Salsa de Soja Naturalmente Fermentada Kikkoman. Saltee durante 2 minutos sin dejar de remover.

Pasos 2

1 zanahoria - **1** pimiento rojo - **600 ml** de caldo de pollo o agua
Añada la zanahoria y el pimiento rojo picados. Sofría durante 1 minuto más y, luego, vierta el caldo o el agua caliente. Cueza a fuego lento durante 15 minutos.

Pasos 3

1 huevo - **2,5 cucharadas** de harina de trigo - **0,5 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
Bata el huevo, la harina y la Salsa de Soja Naturalmente Fermentada Kikkoman en un bol pequeño. Añada esta mezcla a la sopa caliente en forma de hilo fino, removiendo constantemente para formar hebras. Lleve a ebullición y sirva de inmediato.