



## AJIACO DE POLLO

### Ingredientes

- 1 Cucharada de aceite
- 1 ½ Pechuga de pollo cortada en tiritas
- 1 Cebolla mediana cortada en plumas
- 1 Zanahoria cortada en medias lunas
- 2 Dientes de ajo picados finamente
- ½ Cucharadita de ají color
- ½ Cucharadita de comino
- 1 Cucharadita de orégano
- Pimienta a gusto
- ¼ Taza de vino blanco
- 5 Tazas de agua caliente
- 1 Tableta de caldo pollo de campo MAGGI®
- 4 Papas medianas cortadas en gajos
- Perejil o cilantro para decorar



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
5



Tiempo:  
40 minutos

### Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 237 Kcal |
| Proteínas:       | 13.3 g   |
| Grasa Total:     | 9.0 g    |
| Colesterol:      | 50.4 mg  |
| H. de Carbono:   | 22.6 g   |
| Fibra Dietética: | 2.60 g   |
| Sodio:           | 430 mg   |

### Preparación

1.- En una cacerola calienta el aceite y saltea el pollo por todos sus lados, añade la cebolla, zanahoria y ajos. Luego condimenta con ají color, comino, pimienta y orégano. Cocina a fuego medio durante 2 min. Revolviendo de vez en cuando, vierte el vino blanco de una vez y hierve durante 8 min. a fuego medio hasta reducir a la mitad del líquido.

2.- Una vez cocido el pollo, vierte las 5 tazas de agua caliente y en este momento agrega la tableta de caldo pollo de campo MAGGI® previamente desmenuzada. Revuelve y cocina la preparación durante 5 min. a fuego medio.

3.- Agrega las papas de una vez y hierve durante 15 min. aprox. hasta cocerlas completamente. Una vez todo listo sirve de inmediato en platos hondos y decora con perejil o cilantro picado finamente.