



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	345 Kcal
Proteínas:	27,5 g
Grasa Total:	9,6 g
Colesterol:	0 mg
H. de Carbono:	7.0 g
Fibra Dietética:	4,2 g
Sodio:	260 mg

AJIACO

Ingredientes

- 2 Cucharadas de aceite
- ½ Diente de ajo cortado finamente
- 1 Cebolla grande cortada en pluma
- 1 Pimiento rojo cortado en tiritas
- 1 Ramita de apio
- 1 Zanahoria cortada en tiritas
- 500 g de carne cortada en tiritas (posta, asiento, idealmente carne asada)
- ½ Cucharadita de ají color
- 1 Cucharadita de orégano
- ¼ Cucharadita de comino (un poco menos)
- 2 Pizcas de pimienta
- 5 Papas medianas peladas
- 1 Tableta de caldo de carne Come Bien Vive Bien MAGGI®
- 1 ½ Litro de agua caliente
- Cilantro fresco cortado finamente

Preparación

1.- Calienta a fuego medio el aceite en una olla y sofríe el ajo con la cebolla, agrega el pimiento con la ramita de apio y la zanahoria. Revuelve de vez en cuando durante 3 minutos.

2.- Agrega la carne y condimenta con el ají color, orégano, comino y pimienta, cocina durante 3 min más. Agrega las papas y de inmediato el caldo de carne Come Bien Vive Bien MAGGI®, vierte el agua caliente y cocina tapado durante 20 minutos.

3.- Luego del tiempo, rectifica la cocción de la papa y también la sazón de los condimentos. Una vez bien cocida la papa sirve en platos y decora con cilantro cortado finamente.



Nota

Puedes agregar dos huevos levemente batidos al final de la cocción y esperar 3 minutos mas. Esto Dará un toque especial a tu receta.

