

# SOPA DE TRIGO TIERNO -Y- Y POLLO AL JENGIBRE

## Ingredientes

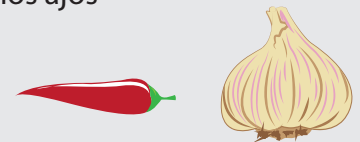
1 litro de caldo de jamón  
150 gramos de trigo tierno  
400 gramos de pechuga de pollo  
1 nabo  
1 cebolla pequeña  
1 trozo de raíz de jengibre  
(como una ciruela)  
6 dientes de ajo  
1 guindilla seca  
1/2 cucharadita de comino

## Elaboración

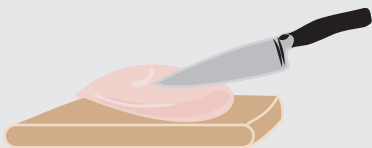
1 Pon una cazuela al fuego con un poco de aceite de oliva.



2 Retira las pipas de la guindilla y troceala; pela y pica la mitad de los ajos



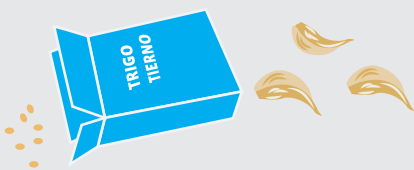
4 Corta el pollo en tiras y hazlo a la plancha con la guindilla, los ajos, sal y pimienta como más te guste, hasta que estén doradas. Retíralas y reserva.



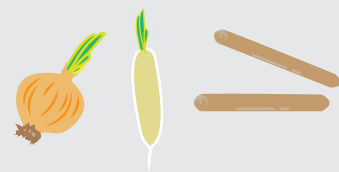
3 Pon una sartén al fuego con un poco de aceite.



6 Añade el resto de los ajos pelados y picados, dóralos ligeramente y echa el trigo tierno.



5 En la misma cazuela, con un poco más de aceite de oliva corta la cebolla y póchala. Añade el nabo cortándolo en tiras finas y pela el jengibre cortándolo muy muy pequeño.



7 Echa la sal al gusto y añade las especias. Riega el caldo y...

# VOILÁ

TU SOPA EN UN PIS PAS !