Gotxei



SOPAS Y CREMAS

Pho gà (sopa vietnamita de pollo)

2h30 · 4 raciones · 323 kcal

Ingredientes

- Tallarines de arroz
- 1 pollo
- Jengibre
- Cebolla
- Cebolleta
- Hierbabuena
- Cebollino
- Brotes de soja
- Chiles
- Cayena
- Canela en rama
- Clavo

POR RACIÓN

Proteínas	15 g
Grasas	2 g
Hidratos	60 g
Fibra	3 g

Elaboración

1. Empezamos asando la cebolla y el jengibre. A falta de brasa, buena es la airfryer: 180 grados 20' con papel de plata y 20' sin él
2. Ponemos el pollo entero (previamente lavado) en la olla junto con la cebolla y el jengibre asados, y cubrimos con agua para hacer el caldo
3. Fuego a tope; cuando pasen 5' quitamos el exceso de suciedad que queda en la superficie
4. Bajamos a fuego medio y dejamos cocinar durante 2h
5. Tostamos en una sartén la canela, el clavo y la cayena, y los incorporamos al caldo pasadas esas 2h, dejándolo 30' más (2:30h en total para el caldo)
6. Mientras, troceamos la cebolleta en láminas finas y la conservamos en agua, picamos el cebollino y el chile, y cocemos los tallarines de arroz (con la marca usada quedaron perfectos en 13')
7. Para terminar, sacamos todos los ingredientes del caldo, lo colamos y lo conservamos. Desmechamos parte del pollo y partimos la cebolla
8. Montamos el plato en este orden: tallarines, pollo, cebolla, cebolleta, brotes de soja, cebollino, caldo, chile y hierbabuena

RECOMENDACIONES

Queda bastante picante con la cantidad que se ve en el vídeo; para una versión más suave, eliminar la cayena y reducir el tamaño del jengibre.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Gotxei

cooknest.app/@gotxei · Instagram @gotxei