

**Concurso de Cocina "Culturas conectadas"**

Modalidad Receta

| Datos de la Receta      |   |
|-------------------------|---|
| Título                  | Sopa de mani  |
| País                    | Bolivia, Santa cruz y Cochabamba  |
| Ingrediente             | <p>½ kg. carne de Res, mejor si es con hueso<br/>           1 taza de maní crudo pelado<br/>           1 Cebolla blanca pelada y picada<br/>           1 Zanahoria cortada en cubos<br/>           ½ taza de arvejas peladas<br/>           1 tallo de apio, cortado en cubito<br/>           1/4 taza de aceite<br/>           1 ½ lt. Caldo de res o vegetales<br/>           4 papas cortadas en cuadrados grandes<br/>           Media bolsa de Macarrón GRANDE<br/>           Sal, Pimienta, Orégano, Perejil picado a gusto con cilantro, llajwa al gusto</p>   |
| Modo de Elaboración     | <p>1.El agua debe estar hirviendo en el momento de agregar el <b>maní</b> molido, teniendo cuidado de ponerlo todo de una sola vez, sin mezclar hasta que hierva nuevamente, esto es importante porque de otra manera adquiere un sabor a <b>maní</b> crudo que no se quita. El <b>maní</b> debe estar bien molido, casi impalpable, para facilitar esto añadir unas dos o tres cucharadas de agua de modo que resulte una mezcla homogénea. Poner una olla con 6 tazas de agua, una vez que el agua este tibia, agregar ,</p> <p>2.En un sartén pequeño con 3 cucharadas de aceite, freír la cebolla picada hasta dorarla, agregar la pimienta, el orégano, el comino y la sal. Mezclar un poco y dejar freír unos 2 minutos más. Mientras tanto, en otro sartén con 1 cucharada de aceite, dore el <b>maní</b> pelado, una vez dorado, muela con un poco de agua, puede usar <b>maní</b> ya listo (tostado y salado).</p> <p>3.Una vez listo el ahogado, poner a la sopa. Dejar hervir 2 min. Agregar el <b>maní</b> molido, debe dejar hervir nuevamente antes de mezclar. Con una cuchara de madera mezclar y dejar cocer por 1 hora. Añadir el arroz, macarrones las arvejas y las papas. Dejar hervir 20 minutos o hasta que las papas y las arvejas estén cocidas.</p> <p>4.En el mismo sartén que doró el <b>maní</b>, freír el ají amarillo con una cucharada de aceite, cuando empiece a dorar vierta 1/2 taza de agua, dejar cocer hasta que reduzca. Poner el ají a la sopa de maní y mezclar bien. Sacar del fuego, servir espolvoreando perejil picado, encima.</p> <p>5.este delicioso plato puede acompañar con una llajwa.</p> |
| Fotografía de la receta |    |

Cofinanciado por: