



CONCURSO NACIONAL DE CLUBES DE CIENCIA

COMPETENCIA DE QUÍMICA EN LA COCINA 2019

RECETA PARA LA ELIMINATORIA REGIONAL

ESPAGUETI CON POLLO

INGREDIENTES

- **1 libra** de pechuga de gallina con hueso
- **4 tazas** agua
- **3 cdas** de jengibre rallado
- **4 dientes** ajos picados
- **2 ajíes** dulces rojos
- **3 mazorcas** de maíz cortada en cuartos
- **½ zucchini** en rodajas
- **2 taza** repollo en julianas
- **1 manojo** de cilantro
- **al gusto** sal y pimienta blanca
- **2 cdas** salsa de soja
- **2 cdas** hojas de cebollinas picadas
- **1/4 libra de** espaguetis
- **1 huevo**



Preparación

1. Para el caldo:

Calentamos el agua con la pechuga, sazonomos el agua agregando los ajos y el jengibre rallado. Se deja hervir de **15 a 20 minutos**, hasta que esté cocida la pechuga. Reservamos la pechuga y la dejamos enfriar. Agregamos las verduras y el cilantro entero. Dejamos que hierva **4 minutos** y retiramos el cilantro, dejamos una ramita para agregarla al final con las hojas de cebollina picada.



2. La Pasta:

A la par del caldo, ponemos a hervir agua para sancochar la pasta con sal. Deje cocer por **8 minutos**, poco menos que al dente, para terminarla en el caldo. Cuando las verduras tengan **5 minutos** de cocción agregamos los espaguetis cocidos para que se cocinen **5 minutos más** junto con la salsa de soja, rectificamos sal y pimienta blanca.

3. El caldo:

Mientras se cuecen los vegetales, deshilachamos la pechuga para agregarla en el último minuto al caldo, junto a un huevo para hacerlo jirones en el caldo, hecho esto agregamos las hojas de cebollina y cilantro damos 30 segundo y servimos.

Es importante que los equipos de los Clubes de Ciencia lean el Reglamento de la competencia.