

Sopa de cuy -Recetas Nutritivas



Ingredientes

- 250 gr Chochoca (harina de maíz)
- 200 gr de col
- 100 gr de zanahoria
- 200 gr de zapallo
- orégano
- Un cuy
- $\frac{1}{2}$ kg de papas amarillas medianas
- sal

Preparación

Colocar en una olla agua, cuando este hirviendo agregar el cuy dejar hervir hasta que este cocido, luego en $\frac{1}{2}$ taza de agua fría disolver la chochoca y agregar a la preparación junto con las verduras y la papa dejar cocer hasta que esté la papa y servir.

Autora: Lucinda Carhuallay Rios