

Sancocho con Mazurka

(Panamansk Höns-soppa med Majs)

Sancocho är en typisk Panamansk soppa. Olika regioner i landet varierar receptet något då pumpan kan bytas ut mot den lokala rotfrukten "ñame".

Ingredienser 4 portioner

1 höna eller kyckling
1 lök
4 knippen Culantro eller Koriander
5 Vitlöksklyftor
1 te-sked Orégano
2 Ají Dulces eller Chili Poblano
250 gr Yuca (Cassava)
250 gr Zapallo (Pumpa)
2 Hela majscolvar
1 msk D'Elidas
Salt



Dela kycklingen i bitar och stek den i en stekpanna med lite olja, lök, koriander, chili poblano, orégano och D'Elidas. Koka Yuca, Pumpa och majscolvar i en separat kastrull med Hönsbuljong. Häll över stekpannans innehåll i soppan. Låt koka på svag värme cirka 20 min.



www.delidas.se