

**12 - 23
MESES**



TRIGO A LA JARDINERA

INGREDIENTES:

- 1 unidad de hígado de pollo.**
- 5 cucharadas de trigo sancochado.**
- 1 cucharada de zanahoria.**
- 1 cucharada de alverjas frescas.**
- 1 cucharada de choclo desgranado.**
- 1/8 unidad pequeña de pimienta.**
- 1 cucharadita de aceite vegetal.**
- 1 diente de ajo.**
- 1 pizca de sal yodada.**
- 1/8 taza de agua.**

PREPARACIÓN:

- 1. Para preparar el trigo a la jardinera, freír el ajo molido en el aceite, agregar la zanahoria picada en cuadritos, las alverjas sin cáscara, el choclo desgranado, la mitad de agua, la sal yodada y el trigo sancochado.**
- 2. Mezclar todo y cocinar.**
- 3. Para preparar el hígado a la plancha, lavar y sazonar el hígado con la sal y el pimienta licuado.**
- 4. Poner en una sartén el hígado sazonado con el resto de agua y cocinarlo hasta que se consuma el agua dándole vueltas por ambos lados.**
- 5. Servir el trigo a la jardinera con hígado de pollo a la plancha.**