

**24 - 35  
MESES**

## **SOPA DE QUINUA E HÍGADO**

### **INGREDIENTES:**

**1/4 taza de quinua.  
50 g de hígado de pollo.  
1 papa pequeña.  
1 zanahoria.  
1/2 cebolla.  
1 cucharadita de aceite vegetal  
Agua  
Sal al gusto**

### **PREPARACIÓN:**

- 1. Lavar bien la quinua y cocinarla en agua hasta que esté suave.**
- 2. Cocinar el hígado aparte, luego desmenuzarlo**
- 3. .En una olla, sofreír la cebolla en aceite, agregar la zanahoria y la papa picada, cocinar por 5 minutos.**
- 4. Agregar la quinua cocida y el hígado desmenuzado. Cocinar hasta que las verduras estén suaves.**
- 5. Ajustar la sal al gusto.**