SANCOCHO DE GALLINA

Ingredienti per 4 persone:

- 1 gallina ruspante
- 1 tazza di cipolla bianca tritata
- 1 tazza di pomodori maturi sbucciati tagliati a pezzi
- 3 cucchiai di margarina
- 1 cucchiaio di aglio tritato
- 10 tazze di acqua
- 3 pannocchie di mais fresco tagliate in 3 parti
- 2 banane platanos verdi sbucciate tagliate a pezzi
- 2 banane rosse (hartones pintones) sbucciate tagliate a pezzi
- 2 tuberi di manioca (yuca) sbucciati tagliati a pezzi
- 6 patate sbucciate tagliate a metà
- 3 cucchiai di coriandolo fresco (cilantro) tritato

Sistemate la gallina pulita, lavata e tagliate a tocchi e mettetela ad insaporire per 2 ore con metà delle cipolle e dei pomodori.
Soffriggete la metà rimanente in un tegame di coccio insieme alla margarina e all'aglio tritato.
Dopo 5 min ca, quando il soffritto avrà preso colore versate l'acqua e portate ad ebollizione.
Aggiungete a questo punto la carne, le pannocchie e i platanos.
Quando la carne inizierà ad essere lessa, dopo 45 min ca, prelevate le pannocchie che conserverete a parte.
Unite ora al brodo di cottura le banane rosse, la manioca, le patate, aggiustate di sale e pepe.
Coprite e proseguite la cottura finché tutti gli ingredienti saranno ben cotti, a questo punto sgranate nel brodo i chicchi di mais e spolverate con il coriandolo fresco prima di servire in tavola.