

## Recette de HARIRA – SOUPE MAROCAINE

### INGREDIENTS :

#### POUR 5 PERSONNES :

- 150 g de pois chiches (à tremper 12 h pour enlever la peau)
- 100 g de lentilles
- 50 g de fèves
- 250 g de viande de mouton ou autre
- 1 oignon
- 100 g de cheveux d'anges (vermicelle)
- 1 petite boîte de concentré de tomates
- 1 noix de beurre ou (1 cuillère à soupe d'huile d'olive c'est meilleur)
- 1 verre de farine
- 1 pincée de cannelle
- 1 pincée de safran ou paprika
- Coriandre, persil et céleri branche
- Sel et poivre

### PREPARATION :

- Temps de préparation : 60 mn
- Hacher finement la coriandre, le céleri, le persil et l'oignon. Couper la viande en petits dés et mettre le tout dans une cocotte, ajouter les pois chiches épluchés, les lentilles, le safran ou paprika, la cannelle, le poivre, le sel, la noix de beurre ou l'huile d'olive et le concentré de tomates. Recouvrir de deux litre d'eau et laisser cuire à couvert pendant ½ heure jusqu'à ce que les pois chiches soient cuits et tendres.
- Délayer dans une casserole la farine avec ½ litre d'eau, secouer énergiquement pour éviter les grumeaux.
- Verser le mélange de farine dans la cocotte et continuer la cuisson sur feu doux en remuant
- Incorporer les cheveux d'anges et laisser cuire sans cesser de remuer pendant 15 mn environ.
- Servir la harira dans des bols avec soit un œuf dur ou du gruyère ou même du camembert. Suivant les envies de chacun.

Bonne dégustation