



HARIRA

By Binta®

INGRÉDIENTS

- 3 tomates
- 1 oignon
- persil, coriandre, céleri
- 50 g de lentilles
- 50 g de vermicelles
- 100 g de viande de bœuf
- 50 g de farine
- une càs de concentré de tomate
- une càc de sel
- une càc de gingembre
- 1/4 de càc de poivre
- 1/4 de càc de curcuma
- 1 pincée de cannelle
- 1400 g d'eau
-

PRÉPARATION

- 01** Moulinez quelques feuilles de persil plat, de céleri et de coriandre avec les tomates, le concentré et les oignons puis réservez.
- 02** Coupez votre viande en petits carrés puis disposez-la dans votre faitout. Ajoutez-y la précédente préparation, les épices et les 1400 g d'eau. Portez le tout à ébullition. poursuivez la cuisson à feu moyen. Après 30 min de cuisson y ajoutez les lentilles et les vermicelles.
- 03** Diluez votre farine dans une très petite quantité d'eau et ajoutez à la préparation. Mélangez légèrement et faites cuire le tout à feu moyen pendant 30 minutes.

À servir chaud !

