

HRIRA (SOUPE ALGÉRIENNE)

RECETTE PROPOSÉE PAR LA MAMAN DE NADIR

Ingrédients :

4 carottes

2 courgettes

2 oignons

2 pommes de terre

2 tomates

Persil, boulgour

Epices : mélange
rashanout, cannelle,
basilic, herbes de
Provence, thym

Concentré de tomate

2 morceaux de sucre

Viande de bœuf ou de mouton (facultatif)



Epluchez et coupez les
légumes en gros
morceaux.
Mettez-les dans la
casserole.



Ajoutez la viande, les sucres, les épices, le concentré de tomate et les herbes aromatiques et de l'huile.

Remplir la casserole d'eau.

Fermez la casserole et faites cuire 1 heure.



Mixez la soupe et rajoutez un peu de boulgour avant de remettre cuire un quart d'heure.

BON APPETIT !

