

Soupe de pois cassés marocaine (« Baïssar »)

recette typique du nord du Maroc, dans les montagnes du Rif (« Chefchaouen »)

Ingrédients :

- 500 gr. De pois cassés
- 1 l. d'eau
- huile d'olive : 2 cuillères à soupe
à la cuisson
+ 1 cuillère
dans les assiettes
- cumin : 1 cuillère à café à la cuisson
+ 1 cuillère dans les assiettes
- sel



Préparation :

- Dans une casserole ou une cocotte minute, mettre les pois cassés, l'eau, le sel, le cumin et l'huile d'olive.

- Faire cuire :

*à la cocotte : 20 à 30 min. , mais remuer au moins 1 fois, car cela peut vite attacher.

*À la casserole : 45 min. ; remuer et goûter.

- Quand les pois cassés sont bien cuits, mixer avec un mixeur plongeant.

Ajouter un peu d'eau selon consistance désirée.



- Faire mijoter 5 min. en remuant.
- Servir dans des bols ou des assiettes creuses, décorer en spirale avec une cuillère à soupe d'huile d'olive et saupoudrer de cumin.
- Déguster à la cuillère ou en trempant du pain marocain (grand pain plat).

