Feestrecept:
Harira

Harira staat vaak op tafel tijdens de ramadan, want het is een stevige soep die lekker vult na een lange dag vasten. Het is de soep die Marokkanen het meest eten. Iedere familie heeft zijn eigen recept, maar bloem, linzen, kikkererwten en/of tomaten zitten er vrijwel altijd in.

Wat heb je nodig?

- 1 glas linzen
- 1 ui
- ½ el gember (poeder)
- 1 blokje bouillon (kip of groenten, naar keuze)
- 500 ml tomatenpassata
- 4 el bloem
- 1 blikje tomatenpuree
- 2 eieren
- 1 handje vermicelli
- 1 bosje koriander
- 400 g kikkererwten (uit blik, uitgelekt)
- 1 bosje bladpeterselie
- Water
- olijfolie
- peper en zout

Wat met je doen?

1. Pel de ui en snij in stukken
2. Doe de linzen, de gepelde en in stukken gesneden ui, peper en zout, de helft van de peterselie, de gember, het bouillonblokje, de passata en 2,5 l water in een soeppan. Doe er een scheut olijfolie bij en eventueel ook een stukje vlees (kalfsvlees bijvoorbeeld).
3. Breng aan de kook en laat een halfuur zachtjes pruttelen
4. Roer de bloem los in 500 ml water en doe er de tomatenpuree bij. Roer goed zodat je geen klontjes hebt
5. Giet dit mengsel al roerend bij de kokende soep. Wordt het te dik, voeg dan een beetje extra water toe.
6. Laat op laag vuur 45 minuten inkoken en roer geregeld om.
7. Voeg, wanneer alles klaar is, de vermicelli, de gehakte koriander en de rest van de peterselie toe.
8. Klop de eieren los en roer ze door de hete soep, zodat je sliertjes ei krijgt.
9. Ten slotte voeg je de kikkererwten toe en laat je de soep nog enkele minuten doorwarmen. Roer af en toe zodat de soep niet aanbrandt.

Eet smakelijk!