



La chorba au mouton



Préparation : 15min
Cuisson : 1h
Temps total : 1h15

Ingrédients : (pour 4 personnes)

- ✓ Poitrine de mouton (800g)
- ✓ Huile d'olive
- ✓ 1 gros oignon
- ✓ 4 gousses d'ail
- ✓ 2 grosses pommes de terre
- ✓ 1 carotte
- ✓ 1 courgette moyenne
- ✓ Concentré de tomates
- ✓ 1 boîte de pois chiches
- ✓ Épices :
 - coriandre fraîche
 - graines de coriandre
 - gros sel
 - poivre
 - 1 cuillère à soupe de paprika
 - Piment

Préparation

- 1** Faire dorer l'oignon coupé en rondelles avec l'ail et l'huile d'olive. Faire dorer la viande, puis la poivrer.
- 2** Dans un mortier ou un petit saladier, piler une grosse cuillère à soupe de graine de coriandre avec une grosse pincée de gros sel. Lorsque le mélange est réduit fin, le mettre dans la casserole, puis ajouter le paprika et le piment.
- 3** Couper les pommes de terre, les carottes et la courgette en petits dés et les ajouter à votre préparation.
- 4** Couvrir avec de l'eau chaude, puis amener à ébullition. Lorsque l'eau bout, ajouter une petite boîte de concentré de tomates. Laisser cuire 40 minutes après la première ébullition puis ajouter les pois chiches.
- 5** Le Top finition
Lorsque la soupe est prête, sortir la viande et retirer les os. Couper la viande en petits morceaux et parsemer généreusement de coriandre grossièrement hachée, puis servir chaud. Certains souhaiteront peut être rajouter une tranche de citron.