

Chorba algéroise d'Avicenne



Recette notée ★★★★★ 5/5 - proposée par am



Plat principal

Sans gluten

Personnes

6

Très facile

Bon marché

Ingrédients

- ☐ Mouton ou agneau entre 50 et 100 g par personne
- ☐ 3 oignons
- ☐ 1 petite boîte de concentré de tomates
- ☐ 5 carottes
- ☐ 5 courgettes
- ☐ 2 pommes de terre (facultatif)
- ☐ 2 branches de céleri
- ☐ 1 boîte de pois chiches
- ☐ Coriandre et de menthe fraîche
- ☐ Pâtes langue d'oiseau ou vermicelle
- ☐ Poivre
- ☐ Sel
- ☐ Cumin
- ☐ Eau

Préparation

TEMPS TOTAL : 3H15



15 min

Cuisson : 3 h

- 1 Faire revenir la viande coupée avec les oignons, sel, poivre, à petit feu.
- 2 Ajouter le concentré de tomate, un peu d'eau et laisser revenir.
- 3 Rajouter les légumes coupés en petits morceaux et les pois chiches, le coriandre, la menthe et le cumin.
- 4 Rajouter l'eau laisser cuire 3 heure à feu très doux.
- 5 Rajouter le vermicelle 5 mn avant de servir ou les langues d'oiseau 12 mn avant.
- 6 Vous pouvez remettre du coriandre et de la menthe.

+ Note de l'auteur

J'ai fait plusieurs fois cette recette après l'avoir entendue dans une émission [radio] de 'Migrants contre le sida'.

🔗 J'ajoute mon grain de sel

J'ajoute un commentaire que je serai seul à voir