

## Ingrediënten voor 4 personen

1 ui 2 teentjes knoflook 5 tomaten  
2 stengels bleekselder 1 zoete  
aardappel 150 g tuinbonen  
(diepvries) 1,5 l groentebouillon  
250 g kikkererwten uit blik 1 el  
ras el hanout 1 tl gemberpoeder  
1 tl kurkuma 1/2 tl kaneelpoeder  
olijfolie peper en zout Afwerking :  
100 g zure room of yoghurt  
citroenpartjes 2 el fijngehakte  
munt 2 el fijngehakte koriander

**Tijd:** 30-60 min.  
**Keuken:** Marokkaans  
**Soort\_gerecht:** Soep  
**Eigen\_keuken:** Nee  
**Vegetarisch:** Ja



## Harira soep

Harira is een rijkelijke soep met tomaten, tuinbonen en kikkererwten. De soep dankt haar heerlijke smaak aan de oosterse kruiden.

### Bereidingswijze

-Verwarm de oven voor op 180°C. -Leg de tomaten in een ovenschaal en bedruppel met olijfolie, pers er de look boven uit en kruid met peper en zout. -Plaats 25 minuten in de oven. -Snipper de ui fijn. Snijd de selder in kleine stukjes. -Schil en snijd de zoete aardappel in blokjes. -Fruit de ui glazig in olijfolie. Voeg de selder en zoete aardappel bij de ui en voeg de ras el hanout, gemberpoeder, kurkuma en kaneel toe, roerbak 2 minuten. -Mix de ovengebakken tomaten glad. Giet dit samen met de bouillon bij de groenten en breng aan de kook. Laat op een zacht vuur 20 minuten sudderen. -Ontdoe de tuinbonen van hun vliesje. Spoel de kikkererwten onder koud stromend water. Voeg ze samen met de kikkererwten toe aan de soep. Laat nog 5 minuten doorkoken. -Schep de soep in kommen en werk af met de verse munt en koriander en een lepel zure room of yoghurt. Geef er de citroenpartjes bij.