

Paprikas

Cuisine d'ici et d'ailleurs

SOUPE DE COUGETTE AUX POIS-CHICHES



Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 35 min

Ingrédients :

- 800 g de courgettes
- 250 g de pois chiches en conserve
- 2 oignons
- 3 gousses d'ail
- Quelques feuilles de coriandre fraîche
- 1 cube de bouillon de volaille
- cuillère à café de cumin
- 1/2 cuillère à café de curcuma
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre
- 90 cl d'eau

Préparation :

Rincez les pois chiches et égouttez-les. Pelez les oignons, émincez-les et faites-les revenir dans une cocotte avec l'huile d'olive, le cumin et le curcuma.

Lavez les courgettes, coupez les extrémités et découpez-les en cubes, sans les peler. Ajoutez-les dans la cocotte, faites-les revenir 5 minutes, puis ajoutez l'ail épluché et émincé puis versez l'eau.

Emiettez le cube de bouillon et ajoutez les pois chiches.

Couvrez, puis laissez mijoter sur feu doux 25 minutes environ.

Mixez la soupe après avoir ajouté les feuilles de coriandre, salez, poivrez et dégustez chaud.