

# A CENTRES CÍVICS... FEM BULLIR L'OLLA!

## CONCURS DE SOPES: BULL UNA SOPA!

- **Nom de la sopa:** HARIRA
- **Origen:** Marroc
- **Ingredients**

1 pastanaga  
1got d'oli  
2 ceba  
2 cullerades grans de pebre negre  
1 cullerada de sal  
julivert  
1 paquet de fideus prims i petits  
1 paquet de cigrons cuits  
5 tomàquets sencers  
2 ous  
1 gots de farina  
trocets de carn (xai o vedella)  
1 pot de tomàquet petit  
una branqueta d'api  
una mica de gingebre

- **Recepta pas a pas:**

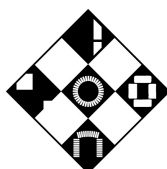
Es couen els tomàquets (pelats), la ceba, la pastanaga, l'api, el julivert, la pebre negre, el gingebre i l'oli amb una mica d'aigua. Quan estan cuits es trituren i s'afegeix l'aigua (1/2 litres d'aigua per persona), i s'afegeix la carn, i es deixa bullir.

Llavors s'incorporen els cigrons i els fideus i es deixen bullir 10-15 minuts més.

Per altre banda en una olla petita es bull 1 o 2 gots aigua amb unes 2 o 3 cullerades de farina, que s'afegirà a l'olla gran per tal de donar espessor a la sopa.

Es baten els ous i quan la sopa està bullin es posen a dins, es deixa acabar de bullir 10 minuts més.

- **Nom i cognoms:** Louasse Mohamed Said



Centres Cívics  
**Granollers**