

**Creador:** hoycocinoyo.net **Recetizador:** Manuel Borrueco



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Vegetariana

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Muy económico

**El truco de esta receta:**

se puede sustituir el caldo de ave por caldo de verduras.

### Descripción:

Sopa tradicional marroqui

### Ingredientes para 2 personas :

- 300gr de tomate natural triturado
- media cebolla picada
- una ramita de apio picado
- 200gr de garbanzos cocidos
- un poco de perejil picado
- el doble de perejil de cilantro picado
- 1 litro de caldo de ave
- una cucharadita de harina fina de maiz
- al gusto de sal

### Preparación:

#### Paso 1

Pochar la cebolla y el apio. Añadir sal. Luego añadir el cilantro y el perejil picado y los garbanzos cocidos. Mezclar bien. Añadir el caldo de pollo o vegetal y dejar cocer 15 minutos a fuego lento. Luego, sacar un poco de caldo de la olla y en un bol, mezclar bien con un poco de harina de maiz. Incorporar a la olla y mover bien. Dejar cocer otros cinco minutos a fuego medio y ya está lista. Antes de servir se pueden cocer unos fideos finos en la misma sopa o añadirle un poco de arroz hervido. Servir muy caliente con un chorrito de limon.