



Rezept

Randen-Orangensalat

Der leicht herbe und erdige Geschmack der Randen wird durch die süsse der Orangen schön ergänzt

25 Min

Aktive Zeit



25 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

SALAT

200 g Rande **Saison**

2 **Blutorangen, filetiert, Saft aufgefangen**

1/2 Bund **Salbei, Blätter in wenig Fett knusprig geröstet**

SAUCE

1 **Bio-Zitrone, wenig abgeriebene Schale, 3 EL Saft**

4 EL **Rapsöl**

2 EL **Sojasauce**

Pfeffer, nach Belieben

Und so wird's gemacht

1 von 2

SALAT

Randen gekocht und in Feine Scheiben geschnitten. Mit Orangenfilets abwechslungsweise auf Tellern anrichten, Salbei darüber verteilen.

2 von 2

SAUCE

Zitronenschale und aufgefangenen Orangensaft mit den restlicher Zutaten gut verrühren, über den Salat träufeln.

Tipp

Das Rezept eignet sich vor allem im Winter sehr gut. Randen kann man bereits gekocht kaufen.