

Recette



Salade d'oranges et de fenouil

Frais, coloré et raffiné

20 Min.

Temps de préparation



50 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

SALADE

- 3 oranges, pelées à vif
- 1/2 cc de cannelle
- 1 anis étoilé
- 2 fenouils, d'env. 300 g chacun, finement râpés **De saison**
- 1 oignon rouge, coupé en deux, en fines tranches **De saison**
- 1/2 botte de menthe, effeuillée, coupée grossièrement
- 1/2 botte de persil plat, effeuillée, coupée grossièrement **De saison**

VINAIGRETTE

- 5 cs d'huile de colza
- 4 cs de condimento bianco
- 1/2 cs de moutarde à gros grains
- 1/2 cc de graines de fenouil, grillées, pilées
- sel, poivre
- 30 g de moitiés de noix, grillées, grossièrement hachées

Voici comment faire

1 de 3

SALADE

Mélanger les quartiers d'orange avec la cannelle et l'anis étoilé, couvrir et laisser mariner pendant env. 30 min. à température ambiante. Mélanger le fenouil avec le reste des ingrédients dans un saladier et ajouter les quartiers d'orange.

2 de 3

VINAIGRETTE

Bien mélanger tous les ingrédients jusque et avec les graines de fenouil et assaisonner. Mélanger la vinaigrette avec la salade.

FINITION

Répartir la salade dans les assiettes et saupoudrer de noix.

Servir avec des légumes ou une quiche au fromage