

Salades

Salade orange et cannelle


3h15
15 min
0
3h
74

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

 Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la
salade**
4 Orange(s)

 1 c. à café **Cannelle en
poudre**

 1 c. à soupe **Sucre glace**

 1 c. à soupe **Fleur
d'oranger**
**Ingrédients pour le
dressage**

 10 feuille(s) **Menthe
fraîche**

 1 **Sucre glace**
Étape 1

Préparation des oranges

- 1 Peler à vif les oranges à l'aide d'un couteau bien aiguisé.
- 2 Découper les oranges en fines tranches à l'aide d'un couteau filet de sole. Retirer les coeurs.
- 3 Disposer les tranches d'oranges dans une plat.
- 4 Les saupoudrer de sucre glace.
- 5 Parsemer le plat de cannelle.
- 6 Arroser de fleur d'oranger.
- 7 Placer l'assiette au réfrigérateur et laisser mariner pendant quelques heures le temps que les parfums se mélangent.

Étape 2

Le dressage

- 1 Sortir l'assiette du réfrigérateur.
- 2 Détacher les feuilles des tiges de menthe.
- 3 Empiler et rouler les feuilles de menthe. Les découper en lamelles à l'aide d'une paire de ciseaux au-dessus des oranges.
- 4 Saupoudrer l'assiette de sucre glace. Servir.