Salade de fenouil à l'orange

Très rapide à préparer, riche en vitamines et en plusieurs nutriments, il va vous satisfaire sans vous alourdir et a un délicieux goût de soleil !

Temps de préparation: 20 min. · Niveau de difficulté: très facile · vegan

Portions

Ingrédients pour 4 personnes.

Ingrédients

4 pièce Oranges naturelles
1 pièce Gros oignon
1 pièce Bulbe de fenouil avec sa verdure
1 c.à.c Fleur de sel
1 pincée Paprika en poudre
2 c.à.s. Vinaigre balsamique de dattes

Préparation

Retirez le zeste d'une des oranges naturelles. Ensuite, pelez toutes les oranges et coupez-les en tranches, puis en morceaux. Si vous la voulez encore plus fine, coupez-les en filets et enlevez la peau.

Coupez le fenouil et l'oignon en tranches très fines, plus elles sont fines, mieux elles se mélangent avec les morceaux d'orange. Gardez un peu de feuilles de fenouil pour la décoration.

Mélangez la vinaigrette avec 4 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge (de la variété d'olive Arbequina si possible), ajoutez du sel, du piment et une pincée de sucre.

Mélangez le tout et laissez reposer quelques instants, ou bien disposez-les en couches et laissez la sauce couler sur le dessus. Décorer avec du piment et des feuilles de fenouil.