

## Salades

# Salade orange et cannelle


**3h15**
**15 min**
**0**
**3h**
**74**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

### 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.

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 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.