

Poêlée de fenouil à l'orange



Accompagnement **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 5 mn

Cuisson : 25 mn

Accompagnez d'une belle part de saumon (ou autre poisson).

Recette proposée par : Blog [LES RECETTES DU MAS DU LOUP](#)

Ingrédients

- 1 bulbe de fenouil
- 1 orange
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 oignon - de grande taille
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Faites revenir l'oignon coupé dans une poêle avec un peu d'huile d'olive, puis ajoutez le fenouil émincé. Assaisonnez de sel et de poivre. Laissez mijoter sans couvercle quelques instants.
- 2 Incorporez ensuite le zeste de l'orange et son jus. Faites revenir l'ensemble 15 minutes et couvrez. Vérifiez la cuisson.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

