

Salade de carottes à l'orange, croquant de pignons de pin



Entrée **Moyen**

Pour : 2 personnes

Préparation : 20 mn

Une salade fraîcheur, qui plaira à vos convives durant les journées ensoleillées du printemps ou de l'été.

Recette proposée par : Christelle Lorenzi

Ingrédients

- 3 carottes
- 1 orange non traitée
- 20 g de pignons
- huile d'olive
- 1 pincée de cannelle
- sel

Préparation

- 1 Pelez les carottes et râpez-les.
- 2 Lavez l'orange, prélevez-en le zeste, puis avec un couteau bien aiguisé, enlevez la peau de l'orange en supprimant également les parties blanches.
- 3 Prélevez ensuite les suprêmes (chair de l'orange sans les membranes blanches) au dessus d'un récipient (pour recueillir le jus) et réservez.
- 4 Mélangez le jus et le zeste de l'orange aux carottes. Ajoutez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, une pincée de cannelle et un peu de sel.
- 5 Dressez alors les assiettes : posez un cercle à pâtisserie au centre d'une assiette, déposez dedans les suprêmes d'orange, puis les carottes.
- 6 Faites griller à sec les pignons et déposez-les sur les carottes.
- 7 Ôtez délicatement le cercle, saupoudrez de cannelle et servez sans attendre.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

