



Salade de fenouil, céleri-rave et orange

Recette sans gluten, sans produits laitiers (sans caséine), hypotoxique et végétalien.

Par : Cuisine L'Angélique

PORTIONS : 4 à 6

PRÉPARATION : 30 MINUTES

INGRÉDIENTS

Salade :

- 1 bulbe de fenouil, râpé
- 300 g (3 tasses) de céleri-rave, râpé
- 1 courgette, coupée en cubes
- 1/2 poivron rouge et 1/2 poivron orange, coupés en cubes
- 2 oranges, pelées, quartiers coupés en cubes
- 15 g (1/2 tasse) de coriandre fraîche, ciselée
- 30 ml (2 c. à soupe) d'oignon rouge, haché finement

Vinaigrette :

- 65 g (1/3 tasse) d'huile d'olive
- 30 ml (2 c. à soupe) de jus de lime, fraîchement pressé
- 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable
- 10 ml (2 c. à thé) de moutarde de Dijon
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de sel
- Poivre, au goût

PRÉPARATION

1. Dans un grand bol, déposer tous les ingrédients de la salade.
2. À l'aide d'un fouet, battre ensemble les ingrédients de la vinaigrette, puis l'ajouter à la salade. Brasser pour bien enrober les ingrédients.
3. Réfrigérer environ 3 heures avant de servir, afin de permettre le rehaussement de toutes les saveurs.

Se conserve 24 heures au réfrigérateur.



Une salade colorée et vitaminée qui permet d'intégrer le fenouil et le céleri-rave au menu, pour un mariage des plus parfaits!