



4 pers.



Préparation

SALADE

de Friseline, moules et oranges



Blanc Sec

Ingrédients

- 3 Friseline
- 1 kg de moules
- 15 cl de vin blanc sec
- 1 à 2 carottes
- Persil
- 2 échalotes
- Ciboulette
- 3 oranges
- Huile d'olive
- Sel, poivre



La vinaigrette à l'orange

1. Pressez une orange.
2. Mélangez avec 4 cuillères à soupe d'huile d'olive.
3. Salez, poivrez.
4. Réservez.

Préparation

1. Faire cuire les moules dans le vin blanc, les échalotes ciselées et le persil ciselé.
2. Après cuisson, les décortiquer.
3. Coupez la salade Friseline en morceaux et râpez les carottes.
4. Mélangez les moules, la Friseline, les carottes et assaisonnez la salade avec la vinaigrette à l'orange.
5. Agrémentez de quartiers d'orange et parsemez de ciboulette ciselée.



*L'astuce
du Chef*

Servez très frais !
Peut être servi en entrée ou en plat.
Pour un plat, augmentez la quantité de moules.

