



Salades

Salade aux deux poissons et aux agrumes



15 min 15 min

TEMPS TOTAL

0

CUISSON

0

REPOS

219

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

150 g **Daurade(s)**
150 g **Saumon**
2 **Orange(s)**
200 g **Mesclun**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la salade aux deux poissons et aux agrumes

- 1 Peler la moitié des oranges à vif.
- 2 Prélever les segments et réserver.
- 3 A l'aide d'un presse-agrume, prélever le jus de l'autre moitié des oranges.
- 4 Découper les poissons en morceaux.
- 5 Mettre le mesclun dans un saladier et y ajouter les morceaux de poissons ainsi que les segments d'agrumes.
- 6 Dans un bol, mélanger le jus d'agrumes et l'huile d'olive. Saler et poivrer.

Étape 2

Dressage

- 1 Verser la sauce vinaigrette sur la salade et servir sans attendre.