

# *Salade de carottes et brocolis à l'orange*

## *Ingrédients :*

- 3 carottes
- 2 brocolis
- 2 oranges
- 2 échalotes
- 1/2 pomme verte
- 1 bouquet de coriandre
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre



## *Les étapes :*

- ***Pelez et râpez les carottes. Prélevez les fleurs des brocolis et réservez-les pour une autre recette***
- ***Pelez les tiges des 2 brocolis pour retirer l'extérieur fibreux, mais laissez les branches intactes. Râpez tiges et branches.***
- ***Pelez les oranges à vif (la pulpe doit être visible sur toute la surface), prélevez les quartiers de chair. Pressez les membranes pour récupérer le jus.***
- ***Pelez et hachez les échalotes. Ôtez le cœur de la pomme et, sans l'éplucher, taillez-la en bâtonnets. Hachez les feuilles de coriandre.***
- ***Préparez une vinaigrette avec l'huile, le jus d'orange récupéré, du sel et du poivre.***
- ***Au dernier moment, mélangez carotte, brocoli, pulpe d'orange, échalotes, pomme, coriandre et vinaigrette. Servez.***

Source : <https://www.marieclaire.fr/cuisine/salade-de-carottes-et-brocoli-a-l-orange,711344.asp>

