

Salade d'oranges à la cannelle

Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :20 min

Temps de cuisson/repos :60 min

Calories par portion : 74.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 5.602

Les ingrédients

- 1.0 cc Cannelle
- 3.0 cs Fleur d'oranger
- 1.0 cs Sucre
- 4.0 u Orange

Préparation des oranges

Peler les oranges, en enlevant soigneusement les peaux blanches. Les couper en fines rondelles et les épépiner. Mélanger l'eau de fleurs d'oranger, le sucre et la cannelle.

Laisser au frigo pendant au moins 1hr.

Présentation

Disposer les rondelles d'oranges en rosace sur 4 assiettes à dessert. Arroser d'eau de fleurs d'oranger et ajouter quelques feuilles de menthe.

Servez la Salade d'oranges a la cannelle bien fraîches.