

Rezept

Sommerlicher Orangensalat

Ein Rezept von Sommerlicher Orangensalat, am 20.04.2024

Zutaten

- | | |
|--------------------------------|------------------------------|
| 4 große saftige Orangen | 1 milde weiße Zwiebel |
| 1/2 Bund Petersilie | 2 EL grüne Oliven |
| Salz | Pfeffer |
| 4 EL Olivenöl | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Die Orangen schälen, die Schale am besten mit dem Messer rundherum großzügig abschneiden, damit auch die innere weiße Haut komplett entfernt wird. Die Orangen in Scheiben oder Stücke schneiden. Scheiben halbieren oder vierteln und auf eine Platte oder auf vier Teller legen.

2. Die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und sehr fein hacken. Mit den Zwiebelstreifen und den Oliven über die Orangen streuen. Salzen, pfeffern und das Öl darüberträufeln.