

Rezept

# Orangensalat mit Ingwer und Datteln

Ein Rezept von Orangensalat mit Ingwer und Datteln, am 08.06.2023

## Zutaten

<b>4</b> große saftige Orangen	½ Bio-Zitrone
<b>100 g</b> Datteln	<b>1 Stück</b> frischer Ingwer (etwa 2 cm)
<b>2 EL</b> Honig	Zimtpulver zum Bestreuen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 155 kcal

## Zubereitung

1. Die Orangen so schälen, dass auch die weiße Haut mit entfernt wird. Das Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden, den abtropfenden Saft dabei auffangen. Die Scheiben auf Tellern auslegen.

---

2. Die Zitronenhälfte waschen und abtrocknen, die Schale dünn abreiben. Die Datteln in Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben, mit Orangensaft, Honig und Zitronenschale verrühren.

---

3. Die Datteln auf den Orangen verteilen, die Sauce darüber löffeln und alles mit etwas Zimt bestreuen.