

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Salade fenouil, pomme et coriandre



Imprimer



Commenter

Préparation: **10 min**

Ingrédients Pour 2 personnes

- 1 fenouil moyen
- 1 petite pomme
- 1 c. à s. de baies de goji ou de raisins secs trempés
- 1 c. à s. de graines de courge torréfiées
- 1 c. à s. de coriandre fraîche ciselée
- 2 c. à s. d'huile de sésame blanc ou d'huile de noix

- Le jus de 1/2 citron
- Sel rose du moulin
- Baies roses
- Graines de coriandre

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Émincez le fenouil et déposez-le sur le tamis du Vitaliseur pour 5 minutes de cuisson.
3. Coupez la pomme en fines lamelles.
4. Émulsionnez l'huile avec le jus de citron, puis ajoutez le sel, les baies roses et les graines de coriandre.
5. Mélangez le fenouil refroidi, la pomme, les fruits secs et les graines avec la sauce. Parsemez la coriandre fraîche au moment de servir.

Recette de Sandra Hoche pour le [magazine 95°#21](#)

Vous allez aussi aimer ...

Pesto d'orties sauvages

Pavés de bœuf aux échalotes

Cabillaud aux pleurotes

Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Instagram](#)