Salades

Salade aux deux poissons et aux agrumes

15 min	15 min	0	0	219
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

- 150 g **Daurade(s)**
- 150 g **Saumon**
- 2 **Orange(s)**
- 200 g **Mesclun**
- 2 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la salade aux deux poissons et aux agrumes

1. Peler la moitié des oranges à vif.
2. Prélever les segments et réserver.
3. A l'aide d'un presse-agrume, prélever le jus de l'autre moitié des oranges.
4. Découper les poissons en morceaux.
5. Mettre le mesclun dans un saladier et y ajouter les morceaux de poissons ainsi que les segments d'agrumes.
6. Dans un bol, mélanger le jus d'agrumes et l'huile d'olive. Saler et poivrer.

Étape 2

Dressage

1. Verser la sauce vinaigrette sur la salade et servir sans attendre.