

Salade exotique à la mangue l'orange et Baies de Goji

pour 2 personnes

Ingrédients

1 tasse d'orange bien mure en quartier
1 tasse de mangue bien mure en quartier
1 cuillère a soupe de jus de citron vert
1 cuillère a soupe de sucre vergeoise
20 baies de Goji
1 bouchon de fleur d'oranger
10 feuilles de menthe
1 pincée de cannelle

Préparation

Pelez à vif les oranges, les couper en huitième puis chacun en 3.
Épluchez la mangue et la découper pour obtenir la même taille que l'orange détaillée.
Y mettre les baies de Goji puis versez l'eau de fleur d'oranger.
Saupoudrez de vergeoise. Et mélangez le tout.

Suggestion du coach

Dressez à l'assiette. Saupoudrez de cannelle de façon subtile et déposez harmonieusement la menthe. C'est simple et délicieux.

*Jessica Virzi
Coach culinaire*

