Ingrédients

142 g (5 oz) de laitues mélangées
3 oranges
4 échalotes françaises finement émincées
150 g (5 ½ oz) de fromage feta canadien émietté
1 douzaine d'olives Kalamata
Vinaigrette
250 ml (1 tasse) d'huile de tournesol
60 ml (4 c. à soupe) de miel
75 ml (1/3 tasse) de jus d'orange
60 ml (1/4 tasse) de vinaigre de vin blanc
2 gousses d'ail
60 ml (1/4 tasse) de sauce Tamari
Poivre du moulin

Temps de préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : aucune
Nombre de portion : 4 à 6

Préparation

Déposer le mélange de laitue dans un grand saladier. Peler les oranges et, à l'aide d'un petit couteau, prélever les suprêmes.

Déposer les suprêmes sur le nid de verdure, ajouter les échalotes, saupoudrer du fromage feta émietté et décorer ça et là d'olives Kalamata.

Émulsionner tous les ingrédients de la vinaigrette au mélangeur ou au robot culinaire. Arroser la salade de la vinaigrette au goût et poivrer.

Une recette de notre chef épicurien
Jean-François Plante

Salade d'oranges sur fines laitues, au fromage feta

VAL-MONT

Depuis 1958