

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Orangen-Salat mit Fenchel, roter Zwiebel, Kapern, Prosciutto

Zutaten

(2 Personen)

Für den Salat

- 2 Orangen
- 1 Fenchel
- 1 Rote Zwiebel
- Kapern
- 100 g Prosciutto
- 5 EL Pinienkerne

Für die Marinade

- 50 ml Olivenöl
- 3 EL Weißweinessig
- 1 TL Zimt
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel und Fenchel in dünne Ringe schneiden.

Orangen an den Polen kappen, aufstellen und Schale rundherum wegschneiden.

Orange in dünne Scheiben schneiden und auf einem Teller anrichten.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

Fenchel, Zwiebel, Prosciutto und Kapern auf den Orangen anrichten.

Für die Marinade die Zutaten verrühren und über den Salat gießen.