



Salade de chou rave au cumin et à l'orange



J'ai appris que le chou rave existait seulement cette année en apercevant une sorte de navet vert à antennes dans mes paniers bios, J'ai d'abord testé quelques [recettes salées](#), puis j'ai découvert qu'on pouvait également le déguster cru. Simplement râpé avec une vinaigrette sucrée à l'orange, ce légume a un goût très fin, bien plus délicat que le céleri-rave.

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 1 chou rave
- une petite orange à jus
- 1 cuil. à soupe de jus de citron
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à soupe de sirop d'agave
- sel et poivre

Préparation :

Éplucher le chou-raves, en ôtant bien les branches qui sont très filandreuses. Râper finement le chou rave.

Presser l'orange, ajouter le jus de citron, l'huile d'olive, le sirop d'agave, le sel et le poivre. Fouetter l'ensemble pour tout émulsionner le tout. Verser sur le chou râpé. Laisser mariner au minimum une heure au réfrigérateur et servir bien frais.

Le 31 Mars 2010 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2010/03/31/17382869.html>