



SAUCE AGRUMES & HERBES

Les recettes de cuisine bio du **Fenouil biocoop** par Marielle

Préparation : 10 minutes • Sans cuisson • Pour environ 30 cl de sauce



INGRÉDIENTS

- 1 orange
- 1 petit citron
- 1 bouquet d'herbes fraîches (persil, coriandre, basilic...)
- 1 c à c de miel
- 1 c à c de moutarde* douce
- 10 cl d'huile d'olive

*peut contenir des allergènes

PRÉPARATION

1. Laver les agrumes, prélever leur zeste puis presser leur jus. Mettre le tout dans un blender.
2. Laver et effeuiller les herbes fraîches puis les mettre dans le blender avec la moutarde et le miel. Mixer pour obtenir une sauce lisse.
3. Ajouter l'huile d'olive au fur et à mesure du mixage puis déguster avec toutes sortes de salades complètes !

Le Fenouil



www.lefenouil-biocoop.fr



MAGASINS BIOLOGIQUES

FENOUIL SARGÉ

du lundi au samedi
de 9h à 19h

ZAC de la Pointe

Accueil : 02 43 81 87 71

FENOUIL RUAUDIN

du lundi au samedi
de 9h à 19h

Parc des Hunaudières

Accueil : 02 43 78 93 82

FENOUIL UNIVERSITÉ

du lundi au samedi
de 9h à 19h

22 bd. Louis Leprince-Ringuet

Accueil : 02 43 88 36 70

FENOUIL RÉPUBLIQUE

du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30

1 b rue Gambetta

Accueil : 02 85 29 15 80

FENOUIL ATLANTIDES

du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30

6 avenue d'Haouza

Accueil : 02 85 29 15 80

Retrouvez nos autres recettes sur le blog du Fenouil : www.cuisine-moi-un-fenouil.fr