

[Nachricht #29](#)



Björn Dobbertin (Dobbertin)

Beiträge: 6

Zutaten

4 Orangen

8 Datteln

Zimtpulver

Zubereitung

Die obere und untere Kappe der ersten Orange abschneiden, so dass das Fruchtfleisch auf beiden Seiten gut sichtbar wird. Die Orange mit einer der abgeschnittenen Seiten auf ein Brett stellen. Nimm nun ein Messer und entferne die Schale der Orangen. Dabei sollte die weiße Haut vollständig entfernt werden, weil sie bitter schmeckt, aber pass auf, dass du nicht zu viel Fruchtfleisch wegschneidest. Die geschälte Orange jetzt längs hinlegen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben halbieren und auf einen flachen kleinen Teller legen. Mit den anderen Orangen genauso verfahren und so insgesamt 4 Teller anrichten. Dann die Datteln auf einem Brett halbieren und die Hälften jeweils in Streifen schneiden. Die Dattelpulver gleichmäßig auf die Orangenteller streuen. Nimm nun, je nach Geschmack, eine oder mehr Prisen Zimt und streue das Zimtpulver gleichmäßig über die Orangen-Dattel-Mischung. Fertig!

[Index](#) > [Rezept der Woche](#) > Orangen-Dattel-Salat KW 01/2013