

Salades et soupes de fruits

Soupe d'orange à la marocaine


1h15 15 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

1h

REPOS

163

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la
soupe d'orange**

6 **Orange(s)**
50 cl **Eau**
180 g **Sucre semoule**
1 **Bâton de cannelle**
1 cl **Eau de fleur
d'oranger**

**Ingrédients pour le
dressage**

1 **Menthe fraîche**

Étape 1
Préparation de la soupe

- 1 Verser l'eau, le sucre, le bâton de cannelle dans une casserole. Porter ébullition.
- 2 Verser de l'eau glacée dans un saladier puis déposer un bol dedans.
- 3 A ébullition, éteindre le feu et débarrasser le sirop dans le bol placé dans l'eau glacée. Laisser refroidir.
- 4 Ôter les extrémités des oranges, les peler à vif à l'aide d'un couteau d'office.
- 5 Prélever les suprêmes au-dessus d'un saladier. Pour cela, passer la lame du couteau entre chaque membrane.
- 6 Verser le sirop refroidi avec le bâton de cannelle sur les oranges.
- 7 Verser l'eau de fleur d'oranger, mélanger à l'aide d'une cuillère.
- 8 Couvrir le saladier de film alimentaire, réserver au réfrigérateur pendant 1h.

Étape 2
Dressage

- 1** Sortir la soupe du réfrigérateur, ôter le film alimentaire.
- 2** Dresser les oranges dans un bol, les arroser de jus à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 3** Décorer avec une feuille de menthe et un bâton de cannelle. Servir aussitôt.